ALTA_MANUAL 8 IDIOMAS GF DUAL SHAPER.pdf 2 06/04/11 13:03

# GYM form DUAL SHAPER

- Instruction Manual
- Manual de instrucciones
- Mode d'emploi
- Bedienungsanleitung
- Istruzioni per l'uso
- Manual de instruções
- Gebruiksaanwijzing
- РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

ALTA_MANUAL 8 IDIOMAS GF DUAL SHAPER.pdf 3 06/04/11 13:03



Thank you for purchasing GYMFORM® DUAL SHAPER. With GYMFORM® DUAL SHAPER, you can enjoy all the benefits of electro-muscular stimulation and vibration at the same time.

ATTENTION! BEFORE USING THIS DEVICE, READ THIS INSTRUCTION MANUAL CAREFULLY.

**WARNING**
Before beginning any exercise programme, including GYMFORM® DUAL SHAPER, consult your general physician and your physiotherapist.

Read the instructions, warnings and precautions carefully before using GYMFORM® DUAL SHAPER.

GYMFORM® DUAL SHAPER is designed for adults in good health. However, the device should be used with care. Read the following guidelines and the instruction manual before using this product.

- Keep GYMFORM® DUAL SHAPER out of reach of children.
- Do not use GYMFORM® DUAL SHAPER if you suffer from thrombosis or are receiving medical treatment.
- DO NOT use GYMFORM® DUAL SHAPER:
If you have an electronic implant (such as a pacemaker) or suffer from any kind of heart problem.
- Do not use GYMFORM® DUAL SHAPER 30 minutes before or after meals.
-If you suffer from a serious illness, consult your doctor before using GYMFORM® DUAL SHAPER.
- Do not use GYMFORM® DUAL SHAPER near water or with wet hands.
- NEVER place your GYMFORM® DUAL SHAPER in the thorax area, because electro-muscular stimulation could increase the risk of cardiac fibrillation.
- NEVER place your GYMFORM® DUAL SHAPER on an area of your skin that is scratched, irritated, infected or injured. Do not place it on fractures, sprains, metal implants, etc.
- AVOID using your GYMFORM® DUAL SHAPER near devices that emit electromagnetic radiation, such as telecommunication antennas, microwave ovens, X-ray equipment, etc.
- AVOID using your GYMFORM® DUAL SHAPER if you are drowsy or asleep.
- AVOID using your GYMFORM® DUAL SHAPER if your body is in contact with water or in a damp atmosphere.
- Do not use your GYMFORM® DUAL SHAPER in combination with any other device that transmits electrical current to your body or with any other machine.
- AVOID using your GYMFORM® DUAL SHAPER when working with heavy machinery.
- In some cases, the electrodes may cause your skin to temporarily turn red.

- This symbol indicates that the device is protected against electrostatic discharge by BF-type double insulation.

- Equipment protected by double insulation or reinforced insulation.

- Adapter model SW1201000-W02 is to be used exclusively with Gymform Dual Shaper. No other adapter can be used than the one supplied with this product.
- Connecting the device to high-frequency surgical equipment may cause burns at the contact points of the GYMFORM® DUAL SHAPER and the GYMFORM® DUAL SHAPER may be damaged.
- Operation of a short-wave therapeutic device or a microwave in the general vicinity (1 metre away) may cause instability in the output power of the GYMFORM® DUAL SHAPER.
- Applying electrodes near the thorax may increase the risk of cardiac fibrillation.

**DO NOT use GYMFORM® DUAL SHAPER:**
•If you have been operated on recently.
•If you have an electronic implant (such as a pacemaker) or suffer from a heart problem.
•If you are pregnant.
•If you have cancer, epilepsy or are under medical supervision for a cognitive dysfunction.
•If the unit is about 1 metre from short-wave or microwave therapeutic equipment.
•If you are connected to high-frequency surgical equipment.
•While breastfeeding.

Women: to use your GYMFORM® DUAL SHAPER, you should wait:
•At least six months after the birth of your child (after consulting your doctor).
•A month after having an intrauterine device (IUD) fitted.
•At least three months after having a caesarean section (after consulting your doctor).
•Until after the first days of your menstrual period.

To use the GYMFORM® DUAL SHAPER, you should obtain permission from your doctor or physiotherapist:
•If you suffer from a serious disease or injury not mentioned in this section.
•If you have been operated on recently.
•If you are diabetic and take insulin.

**Additional Warnings**
- Keep GYMFORM® DUAL SHAPER in the carry bag provided and keep it away from sharp objects.
- Never place heavy objects on your GYMFORM® DUAL SHAPER belt.
- Stop use immediately if you notice any discomfort.
- Use only the cables and adapter provided.
- Unplug the device from the mains after each use.

ALTA_MANUAL 8 IDIOMAS GF DUAL SHAPER.pdf 4 06/04/11 13:03

- Do not disassemble, repair or modify GYMFORM® DUAL SHAPER.
- Do not use GYMFORM® DUAL SHAPER at high temperatures or in very humid environments.
- GYMFORM® DUAL SHAPER is not a medical or therapeutic device.

When putting on your GYMFORM® DUAL SHAPER, always remember:
- To place the belt ONLY on your abdomen, in the thigh area or in the glute area.
- Not to place the device around your neck, on your chest or on your back in such a way that electricity passes through your heart, on your genitals or on your head.
- Not to place the belt on recent scars, inflamed skin, infected areas or areas that are susceptible to acne, thrombosis, other vascular problems (varicose veins) or any part of your body with limited sensitivity.
- Not to place the device on areas with injuries or limited mobility (fractures or sprains).
- Not to place the belt directly on metal implants. It should be placed on the closest muscle.

**CONTENTS**

1. 1 belt with control panel
2. 2 self-adhesive electrodes
3. 1 adapter
4. 1 carry bag
5. 1 instruction manual
6. 1 diet plan
7. 1 measuring tape

**PUTTING ON THE BELT**
1. Separate the ends of the belt.
2. Place the GYMFORM® DUAL SHAPER belt on the part of your body you want to work on and attach it firmly in place.
3. Plug the cable into the mains.

**CONTROL PANEL**
When the device is plugged into the mains, press the main ON/OFF button on the control panel. The two panels, i.e. Electro-muscular Stimulation (EMS) and Vibration, will light up.

There are 3 ways to use GYMFORM® DUAL SHAPER:
- VIBRATION AND EMS AT THE SAME TIME: for this option, select the programmes for these options on the control panel separately.
- ONLY VIBRATION: for this option, just select the programmes on the Vibration screen on the control panel.
- ONLY EMS: for this option, just select the programmes on the EMS screen on the control panel.

**VIBRATION**
It is not possible to set the duration on the Vibration option. The default duration is 30 minutes. If you want the programme to finish sooner, simply turn off the Vibration option by pressing the ON/OFF button.

Automatic Vibration Programme:
- Press the ON/OFF button on the Vibration screen.
- The default setting is the Automatic Vibration Programme. This programme lasts for 30 minutes. In the Automatic Vibration Programme, the vibration intensity alternates from Level 1 (low intensity) to Level 5 (high intensity).

Manual Vibration Programme:
With this option, you can choose the vibration intensity level you want, from level 1 (low intensity) to Level 5 (high intensity).
- Press the ON/OFF button on the Vibration screen twice and the word “Manual” will appear on the screen.
- Select the desired intensity level by pressing the + and - intensity buttons.
- While the programme is running, you can vary the vibration intensity by pressing the + and - intensity buttons.

**ELECTRO-MUSCULAR STIMULATION (EMS)**
The EMS option offers 5 different programmes. Use the programme that best fits your needs:

Programme 1: Toning (duration: 21 min.)
Programme 2: Reducer (duration: 20 min.)
Programme 3: Silhouette (duration: 24 min.)
Programme 4: Calorie burning (duration: 24 min.)
Programme 5: Reaffirming (duration: 22 min.)

ATTENTION: Bear in mind that the EMS programmes are only activated when the electrodes are in contact with the skin. If the electrodes are not in contact with the skin, the EMS programmes cannot be selected.

- If you want to change the EMS level or programme while using the belt on the EMS and vibration settings at the same time, remove the panel from the fastener before doing so. This way, you will avoid the risk of increasing the EMS intensity several levels at once.

ATTENTION: WE RECOMMEND REPLACING THE ELECTRODES AFTER EVERY 30 USES. IF YOU NOTICE THE ELECTRODES HAVE PREMATURELY LOST THEIR ADHESIVE POWER, WET THEM WITH A DAMP SPONGE.

Use only the electrodes supplied by the distributor of Gymform Dual Shaper. The electrodes supplied with Gymform Dual Shaper require no disinfection or sterilization.

The duration of each programme is set by default. However, if you want the programme to finish sooner, you can turn off the EMS option by pressing the ON/OFF button until you reach Programme 0.

Follow these steps:
- Press the ON/OFF button on the EMS screen once to activate the option. Programme 0 will appear on the screen. Then press the ON/OFF button as many times as necessary until you select the desired programme from 1 to 5.
- Press the + and - intensity buttons to select the intensity of the EMS signal. Level 1 is the lowest intensity level and level 30 is the highest. It is best to increase intensity gradually to keep the EMS signal from becoming uncomfortable.

**CLEANING AND MAINTENANCE**
Your GYMFORM® DUAL SHAPER belt requires virtually no cleaning or maintenance. However, if your GYMFORM® DUAL SHAPER belt requires any cleaning, use only a soft damp cloth. Make sure the device is unplugged from the mains before cleaning.

**WARRANTY**
This product is covered by a warranty against manufacturing defects subject to the time periods stipulated by the legislation in force in each country.

**DISPOSAL**
To protect the environment, if you decide to dispose of this device, the battery or the current adapter, use special containers for electrical and electronic devices.

**CERTIFICATES AND STANDARDS**
This product complies with Directives 73/23/EEC (Low Voltage) and 89/336/EEC (Electromagnetic Compatibility) for household use.

**TECHNICAL SPECIFICATIONS**
Power supply of GYMFORM® DUAL SHAPER by means of the adapter supplied, model SW1201000-W02:

Input voltage: 100-240V 50/60 Hz 0.65A; Output: 12V 1.0A
Load range: 300 ohm – 5000 ohm

| Signal Characteristics in Relation to Electrode Connection | | | |
|---|---|---|---|
| Programme | Pulse Width $\mu$S | Frequency Hz: min-max | Intensity mA: min -max |
| 1 | 460 | 4 - 18 | 1.8 - 42.0 |
| 2 | 460 | 10 - 15 | 2.3 - 42.0 |
| 3 | 460 | 4 - 30 | 2.0 - 42.0 |
| 4 | 460 | 0 - 35 | 2.5 - 42.0 |
| 5 | 460 | 4 - 25 | 1.5 - 42.0 |

Changes in load impedance within the device's operating range may produce current and voltage changes in relation to the load impedance.

**ATTENTION**
**DISPOSING OF MATERIALS**
The symbol of a crossed out rubbish bin with wheels indicates that you must be aware of and follow local regulations with regard to the disposal of this kind of product.

Do not dispose of this product the way you would dispose of normal household waste.
You must follow the relevant local regulations.

Electric and electronic products contain hazardous substances that have harmful effects on the environment and human health and should be recycled properly.

Industex, S.L.
Av. P. Catalanes, 34, 8ª planta
08950 Esplugas de Llobregat
Barcelona-SPAIN

Made in China

ALTA_MANUAL 8 IDIOMAS GF DUAL SHAPER.pdf 6 06/04/11 13:03



Gracias por adquirir GYMFORM® DUAL SHAPER. Con GYMFORM® DUAL SHAPER disfrute de los beneficios de la Electroestimulación y Vibración al mismo tiempo.

ATENCIÓN, ANTES DE UTILIZAR ESTE APARATO LEA DETENIDAMENTE ESTE MANUAL DE INSTRUCCIONES

**ADVERTENCIAS:**
Antes de emprender cualquier programa de ejercicios, incluyendo GYMFORM® DUAL SHAPER, consulte con su médico de cabecera y con su fisioterapeuta.

Asegúrese de leer las instrucciones, advertencias y precauciones cuidadosamente antes de usar GYMFORM® DUAL SHAPER.

GYMFORM® DUAL SHAPER ha sido diseñado para adultos en buen estado de salud. Sin embargo, es necesario utilizarlo con cuidado. Lea las siguientes directrices y el manual de instrucciones antes de utilizar este producto.

- Mantenga GYMFORM® DUAL SHAPER lejos del alcance de los niños.
- No use GYMFORM® DUAL SHAPER si sufre trombosis o está bajo tratamiento médico.
- Usted NO debe utilizar GYMFORM® DUAL SHAPER:
Si tiene un implante electrónico (por ejemplo, un marcapasos) o sufre de algún otro problema cardíaco.
- No use GYMFORM® DUAL SHAPER 30 minutos antes o después de una comida.
- Si ha sufrido enfermedades graves, consulte a su médico antes de usar GYMFORM® DUAL SHAPER.
- No use GYMFORM® DUAL SHAPER cerca del agua ni con las manos húmedas.
- NUNCA coloque su GYMFORM® DUAL SHAPER en la zona torácica ya que la electroestimulación podría aumentar el riesgo de fibrilación cardiaca.
- NUNCA coloque su GYMFORM® DUAL SHAPER sobre una zona de la piel erosionada, irritada, infectada o con heridas, así como sobre fracturas, torceduras, implantes metálicos, etc.
- EVITE su utilización cerca aparatos que emitan radiación electromagnética, como pueden ser antenas de telecomunicaciones, hornos microondas, equipos de rayos X, etc
- EVITE su utilización si está somnoliento o durmiendo.
- EVITE su utilización si su cuerpo está en contacto con el agua, o en un ambiente húmedo.
- EVITE su utilización en combinación con ningún otro dispositivo que transmita corriente eléctrica al cuerpo, ni con ninguna otra máquina.
- EVITE su utilización si trabaja o conduce una máquina.
- En algunos casos, los parches pueden provocar un enrojecimiento temporal de la piel.

- Este símbolo indica que el aparato está protegido contra descargas electroestáticas con doble aislamiento tipo BF

- Equipo protegido con doble aislamiento o aislamiento reforzado

- El adaptador modelo SW1201000-W02 es de uso exclusivo para Gymform Dual Shaper, no se puede utilizar otro que no sea el suministrado con este producto.
- La conexión simultánea de un equipo a un equipo quirúrgico de alta frecuencia puede provocar quemaduras en los puntos de contacto del GYMFORM® DUAL SHAPER y el GYMFORM® DUAL SHAPER puede resultar dañado.
- El funcionamiento de un equipo terapéutico de onda corta o de un microondas en las proximidades (1m. por ejemplo) puede provocar inestabilidades en la potencia de salida del GYMFORM® DUAL SHAPER.
- La aplicación de electrodos cerca del tórax puede incrementar el riesgo de fibrilación cardiaca.

**Usted NO debe utilizar GYMFORM® DUAL SHAPER:**
•No use GYMFORM® DUAL SHAPER si ha sufrido una intervención quirúrgica recientemente
•Si tiene un implante electrónico (por ejemplo, un marcapasos) o sufre de algún otro problema cardíaco.
•En caso de embarazo.
•Si sufre de cáncer, epilepsia o está bajo supervisión médica por una disfunción cognitiva.
•Si la unidad está cerca (por ejemplo, a 1 metro) de equipos terapéuticos de onda corta o microondas.
•Si está conectado a equipos quirúrgicos de alta frecuencia.
•Durante el período de lactancia

Señoras, para usar GYMFORM® DUAL SHAPER deben esperar hasta que pasen:
•Al menos seis meses tras el nacimiento de su hijo (previa consulta con su médico).
•Un mes después de la colocación de un anticonceptivo intrauterino.
•Al menos tres meses después de una cesárea (previa consulta con su médico).
•Los primeros días del período.

Para usar la unidad GYMFORM® DUAL SHAPER debe obtener el permiso de su médico o fisioterapeuta:
•Si sufre una enfermedad o herida grave que no se haya mencionado en esta sección.
•Si ha sido operado recientemente.
•Si toma insulina a causa de la diabetes.

**Advertencias adicionales:**
- Guarde GYMFORM® DUAL SHAPER en la bolsa de transporte proporcionada y manténgalo alejado de objetos punzantes o cortantes.

ALTA_MANUAL 8 IDIOMAS GF DUAL SHAPER.pdf 7 06/04/11 13:03

- Nunca coloque objetos pesados sobre su cinturón GYMFORM® DUAL SHAPER.
- Detenga su uso inmediatamente si nota cualquier tipo de molestia.
- Use solamente los cables y el adaptador proporcionados.
- Desenchufe de la corriente eléctrica tras cada uso.
- No desmonte, repare o modifique GYMFORM® DUAL SHAPER.
- No use GYMFORM® DUAL SHAPER con altas temperaturas o en ambientes altamente húmedos.
- GYMFORM® DUAL SHAPER no es un aparato médico o terapéutico.

**Al colocarse su GYMFORM® DUAL SHAPER, recuerde siempre:**
- Colocar el cinturón SÓLO sobre el abdomen, en la zona de los muslos o en la zona de glúteos.
- No poner el cinturón: en el cuello, en pecho y espalda de forma que la electricidad pase a través del corazón (es decir, un parche en el pecho y otro en la espalda - uno con cable negro y otro blanco), en los genitales o en la cabeza.
- No colocar el cinturón sobre cicatrices recientes, piel inflamada, áreas infectadas o susceptibles al acné, trombosis, otros problemas vasculares (venas varicosas), o cualquier parte del cuerpo con sensibilidad limitada.
- No colocar en áreas con lesiones o con movilidad limitada (fracturas o torceduras).
- No poner el cinturón directamente sobre implantes metálicos. Deben colocarse sobre el músculo más cercano.

**CONTENIDO**

1 cinturón con mando
2 parches autoadhesivos
1 adaptador
1 bolsa de transporte
1 manual de instrucciones
1 dieta
1 cinta métrica

**COLOCACIÓN DEL CINTURÓN**
1- Separe las dos partes traseras del sistema de sujeción.
2- Coloque su cinturón GYMFORM® DUAL SHAPER en la parte del cuerpo deseada y cierre la parte trasera del cinturón asegurándose que queda bien sujeto.
3- Conecte el enchufe a la corriente eléctrica.

**FUNCIONAMIENTO DEL MANDO**
Una vez esté el enchufe conectado a la corriente eléctrica, presione el botón “ON/OFF” principal del mando. Las dos pantallas de Electroestimulación (EMS) y Vibración quedarán encendidas.

GYMFORM® DUAL SHAPER ofrece 3 posibilidades de uso:
- VIBRACION Y EMS A LA VEZ: si desea esta opción, deberá seleccionar los programas de ambas opciones en el mando por separado.
- SÓLO VIBRACION: si desea esta opción, sólo es necesario seleccionar los programas de la opción de Vibración en el mando.
- SÓLO EMS: si desea esta opción, sólo es necesario seleccionar los programas de la opción de EMS en el mando.

**VIBRACION:**
La opción de Vibración no admite seleccionar el tiempo, por defecto tiene una duración de 30 min. Si desea que el programa finalice antes, puede apagar la opción de Vibración presionando el botón ON/OFF.

Programa de Vibración Automático:
- Presione el botón ON/OFF de la pantalla de Vibración.
- Por defecto queda activado el Programa de Vibración Automático. Este programa tiene una duración determinada de 30 min. En Programa de Vibración Automático la intensidad de la Vibración se va alternando del Nivel 1 (nivel baja intensidad) al Nivel 5 (nivel alta intensidad).

Programa de Vibración Manual:
Con esta opción, usted puede escoger qué nivel de Intensidad de Vibración desea, desde el nivel 1 (nivel baja intensidad) al Nivel 5 (nivel alta intensidad).
- presione el botón ON/OFF de la pantalla de Vibración dos veces seguidas, verá que en la pantalla aparece la palabra “Manual”.
- Seleccione el nivel de intensidad deseado presionando los botones de “Intensity” + y -.
- Mientras dura el programa, usted puede variar la intensidad de la Vibración según desee, presionando los botones de “Intensity” + y -.

La opción de EMS ofrece 5 programas diferentes, utilice el programa que desee según sus necesidades:
Programa 1: Tonificación (duración: 21 min)
Programa 2: Reductor (duración: 20 min)
Programa 3: Silueta (duración: 24 min)
Programa 4: Quema de Calorias (duración: 24 min)
Programa 5: Reafirmante (duración: 22 min)

ALTA_MANUAL 8 IDIOMAS GF DUAL SHAPER.pdf 8 06/04/11 13:03

**ATENCION:**
- Tenga en cuenta que los programas de EMS solo se activan si los parches entran en contacto con la piel. Si los parches no están en contacto con la piel, los programas de EMS no se podrán seleccionar.
- Si está usando el cinturón en modo EMS y Vibración simultáneamente, y desea modificar los niveles o programas de EMS, retire el panel de su fijación, de esta forma evitará el riesgo de aumentar EMS varios niveles a la vez.

ATENCION: RECOMENDAMOS REEMPLAZAR LOS PARCHES CADA 30 USOS. SI PERCIBE UNA PÉRDIDA PREMATURA DE ADHERENCIA HUMEDECER CON UNA ESPONJA LIGERAMENTE MOJADA.

Sólo utilizar los parches suministrados por el distribuidor Gymform Dual Shaper" . "Los parche suministrados con Gymform Dual Shaper no necesitan de ningún tipo de desinfección o esterilización

El tiempo de cada programa viene predeterminado por defecto. No obstante, si desea que el programa finalice antes, puede apagar la opción de EMS presionando el botón ON/OFF hasta llegar al Programa 0.

**Pasos a Seguir:**
- presione una vez el botón ON/OFF de la pantalla de EMS para activar la opción, verá que en la pantalla se activa el Programa 0. Seguidamente, vaya presionando el botón ON/OFF para seleccionar el pograma deseado del 1 al 5 y seleccione el numero de programa que desee.
- presione los botones de "Intensity" + y - para seleccionar la intensidad de la señal de EMS, el nivel 1 es el de intensidad menor, y el nivel 30 es el de mayor intensidad. Es recomendable ir subiendo la intensidad paulatinamente para evitar que la señal de EMS resulte incómoda.

**LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO**
Su cinturón GYMFORM® DUAL SHAPER no precisa prácticamente ningún tipo de limpieza ni mantenimiento. Si necesita limpiar puntualmente su cinturón GYMFORM® DUAL SHAPER tan sólo tiene que limpiarlo con un paño suave y húmedo. Asegúrese que está totalmente desenchufado antes de su limpieza.

**GARANTIA**
Este producto queda cubierto por una garantía contra defectos de fabricación sujeta a los plazos de tiempo estipulados por la legislación vigente en cada país.

**ELIMINACION**
Con el objeto de preservar el medio ambiente, si decide deshacerse de este aparato, de la batería, y/o del adaptador de corriente, hágalo en contenedores especiales para aparatos eléctricos y/o electrónicos.

**CERTIFICADOS Y NORMATIVA**
Este producto cumple con las directivas 73/23/CEE (Directiva de baja tensión) y 89/336/CEE (Directiva de Compatibilidad Electromagnética) para uso doméstico.

**ESPECIFICACIONES TÉCNICAS**
Alimentación del cinturón GYMFORM® DUAL SHAPER mediante adaptador suministrado modelo SW1201000-W02:
Voltaje de entrada 100-240V 50/60Hz 0.65A; Salida 12V 1.0A
Rango de carga: 300ohm – 5000 ohm

Tabla de características de la señal sobre la conexión de los parches

| Programa | ancho pulso $\mu$S | frecuencia Hz: mín-máx | intensidad mA: mín -máx |
|---|---|---|---|
| 1 | 460 | 4 - 18 | 1.8 - 42.0 |
| 2 | 460 | 10 - 15 | 2.3 - 42.0 |
| 3 | 460 | 4 - 30 | 2.0 - 42.0 |
| 4 | 460 | 0 - 35 | 2.5 - 42.0 |
| 5 | 460 | 4 - 25 | 1.5 - 42.0 |

Los cambios de la impedancia de carga dentro del rango de funcionamiento del aparato, produce un cambio la corriente y de la tensión sobre la misma impedancia de carga.

**ATENCIÓN**
**COMO DESHACERSE DE MATERIALES**
El símbolo de un container sobre ruedas tachado indica que Vd. debe informarse y seguir las normativas locales de deshecho de este tipo de productos.

No se deshaga de este producto de la misma forma que lo haría con los residuos generales de su hogar.
Debe hacerlo según las normativas locales correspondientes.

Los productos eléctricos y electrónicos contienen sustancias peligrosas que tienen efectos nefastos sobre el medioambiente o la salud humana y deben ser reciclados adecuadamente.

Industex, S.L.
Av. P. Catalanes, 34, 8ª planta
08950 Esplugas de Llobregat
Barcelona-España
Made in China

ALTA_MANUAL 8 IDIOMAS GF DUAL SHAPER.pdf 9 06/04/11 13:03



Nous vous remercions d'avoir acheté le GYMFORM® DUAL SHAPER. Le GYMFORM® DUAL SHAPER vous permettra de profiter simultanément des avantages de l'électrostimulation et de la vibration.

ATTENTION ! LISEZ ATTENTIVEMENT CE MANUEL AVANT D'UTILISER CET APPAREIL.

**AVERTISSEMENTS :**
Consultez votre médecin de famille ou votre physiothérapeute avant de commencer un quelconque programme d'exercices avec le GYMFORM® DUAL SHAPER.

N'oubliez pas de lire attentivement les instructions, les avertissements et les précautions avant d'utiliser le GYMFORM® DUAL SHAPER.

Même s'il a été conçu pour des adultes en bonne santé, le GYMFORM® DUAL SHAPER doit être utilisé avec précaution. Lisez les recommandations suivantes ainsi que le manuel d'utilisation avant d'utiliser ce produit.

-Conservez le GYMFORM® DUAL SHAPER hors de portée des enfants.
-N'utilisez pas le GYMFORM® DUAL SHAPER si vous souffrez de thrombose ou si vous suivez un traitement médical.
-Vous NE devez PAS utiliser le GYMFORM® DUAL SHAPER si vous portez un implant électronique (un pacemaker, par exemple) ou si vous souffrez d'une autre affection cardiaque.
-N'utilisez pas le GYMFORM® DUAL SHAPER dans les 30 minutes qui précèdent ou qui suivent la prise d'un repas.
-Si vous avez souffert d'une maladie grave, consultez votre médecin avant d'utiliser le GYMFORM® DUAL SHAPER.
-N'utilisez pas le GYMFORM® DUAL SHAPER à proximité de l'eau ou avec des mains humides.
-Ne placez JAMAIS votre GYMFORM® DUAL SHAPER dans la région thoracique car l'électrostimulation pourrait augmenter le risque de fibrillation cardiaque.
-Ne placez JAMAIS votre GYMFORM® DUAL SHAPER sur une zone de la peau qui serait érodée, irritée, infectée ou qui présenterait des blessures, ni sur des fractures, des foulures, des implants métalliques, etc.
-ÉVITEZ de l'utiliser près d'appareils émettant un rayonnement électromagnétique tels que des antennes de télécommunication, des fours à micro-ondes, des appareils à rayons X, etc.
-ÉVITEZ de l'utiliser si vous somnolez ou si vous êtes endormi.
-ÉVITEZ de l'utiliser si votre corps est en contact avec l'eau ou dans une atmosphère humide.
-ÉVITEZ de l'utiliser en combinaison avec tout autre dispositif transmettant du courant électrique au corps ou avec n'importe quelle autre machine.
-ÉVITEZ de l'utiliser si vous travaillez ou conduisez un engin.
-Les électrodes peuvent provoquer dans certains cas un rougissement temporaire de la peau.

-Ce symbole indique que l'appareil est protégé contre les décharges électrostatiques par une double isolation de type BF.

-Appareil protégé par une double isolation ou une isolation renforcée.

-Gymform Dual Shaper a l'utilisation exclusive de l'adaptateur modèle SW1201000-W02, il ne faudra en aucun cas en utiliser un autre qui ne soit pas celui fourni avec ce produit.
-La connexion de l'appareil à un équipement chirurgical à haute fréquence peut provoquer des brûlures aux points de contact du GYMFORM® DUAL SHAPER et le GYMFORM® DUAL SHAPER pourrait donc en souffrir les conséquences.
-Le fonctionnement d'un appareil de thérapie à ondes courtes ou à micro-ondes dans les parages (1 mètre par exemple) peut provoquer des instabilités dans la puissance de sortie du GYMFORM® DUAL SHAPER.
-L'application d'électrodes près du thorax peut augmenter le risque de fibrillation cardiaque.

**Vous NE devez PAS utiliser le GYMFORM® DUAL SHAPER :**
•Si vous avez subi récemment une opération chirurgicale.
•Si vous portez un implant électronique (par exemple, un régulateur cardiaque) ou si vous souffrez d'une autre affection cardiaque.
•En cas de grossesse.
•Si vous souffrez d'un cancer, d'épilepsie ou si vous êtes sous contrôle médical en raison d'une dysfonction cognitive.
•Si l'appareil se situe à proximité (par exemple, à 1 mètre) d'appareils thérapeutiques d'onde courte ou de micro-ondes.
•Si vous êtes connecté à des équipements chirurgicaux de haute fréquence.
•Pendant la période d'allaitement.

Les femmes attendront, avant d'utiliser le GYMFORM® DUAL SHAPER :
•Au moins six mois après la naissance de leur enfant (après avoir consulté leur médecin).
•Un mois après l'implantation d'un contraceptif intra-utérin.
•Au moins trois mois après une césarienne (après avoir consulté leur médecin).
•Les premiers jours des règles.

Pour utiliser l'appareil GYMFORM® DUAL SHAPER, vous devez obtenir l'autorisation de votre médecin ou physiothérapeute :
•Si vous souffrez d'une maladie ou d'une blessure grave qui n'a pas été mentionnée dans cette section.
•Si vous avez été récemment opéré.
•Si vous prenez de l'insuline suite à un diabète.

**Autres avertissements :**
-Conservez le GYMFORM® DUAL SHAPER dans le sac de transport fourni et à l'écart d'objets pointus ou coupants.
-Ne placez jamais des objets lourds sur votre ceinture GYMFORM® DUAL SHAPER.

-Cessez immédiatement de l'utiliser si vous ressentez la moindre gêne.
-Utilisez uniquement les câbles et l'adaptateur fournis.
-Débranchez l'appareil du courant électrique après chaque usage.
-Ne démontez pas, ne réparez pas et ne modifiez pas le GYMFORM® DUAL SHAPER.
-N'utilisez pas le GYMFORM® DUAL SHAPER en cas de températures élevées ou dans des ambiances très humides.
-Le GYMFORM® DUAL SHAPER n'est pas un appareil médical ou thérapeutique.

Au moment de placer votre GYMFORM® DUAL SHAPER, veillez à :
-Placer la ceinture UNIQUEMENT sur l'abdomen, dans la zone des cuisses ou des muscles fessiers.
-Ne pas mettre la ceinture : sur le cou, la poitrine et le dos de sorte que l'électricité passe par le cœur, sur les organes génitaux ou sur la tête.
-Ne pas placer la ceinture sur des cicatrices récentes, sur une peau enflammée, sur des zones infectées ou sensibles à l'acné, en cas de thrombose ou autres problèmes vasculaires (veines variqueuses), ou sur toute autre partie du corps offrant une sensibilité limitée.
-Ne pas la placer sur des zones présentant des lésions ou une mobilité limitée (fractures ou foulures).
-Ne pas placer la ceinture directement sur des implants métalliques. Elle doit être placée sur le muscle le plus proche.

**CONTENU**

1. 1 ceinture avec commande
2. 2 électrodes autoadhésives
3. 1 adaptateur
4. 1 sac de transport
5. 1 manuel d'utilisation
6. 1 programme de régime
7. 1 mètre ruban

**POSE DE LA CEINTURE**
1. Séparez les deux parties arrière du système de fixation.
2. Placez votre ceinture GYMFORM® DUAL SHAPER sur la partie voulue du corps et fermez la partie arrière de la ceinture en vous assurant qu'elle est bien fixée.
3. Branchez l'appareil sur le secteur.

**FONCTIONNEMENT DE LA COMMANDE**
Après avoir branché la ceinture, appuyez sur le bouton principal « ON/OFF » de la commande. Les deux écrans d'Électrostimulation (EMS) et Vibration s'allumeront.

Le GYMFORM® DUAL SHAPER peut être utilisé de 3 façons différentes :
-VIBRATION ET EMS EN MÊME TEMPS : si vous choisissez cette option, vous devez sélectionner séparément les programmes des deux options sur la commande.
-UNIQUEMENT VIBRATION : si vous choisissez cette option, il suffit de sélectionner les programmes de l'option Vibration sur la commande.
-UNIQUEMENT EMS : si vous choisissez cette option, il suffit de sélectionner les programmes de l'option EMS sur la commande.

**VIBRATION :**
L'option Vibration ne permet pas de choisir la durée du programme, la valeur par défaut étant de 30 minutes. Si vous souhaitez arrêter le programme avant la fin, vous pouvez éteindre l'option Vibration en appuyant sur le bouton ON/OFF.

Programme de vibration automatique :
-Appuyez sur le bouton ON/OFF de l'écran de vibration.
-Le programme de vibration automatique est activé par défaut. Ce programme a une durée déterminée de 30 minutes. Dans le programme de vibration automatique, l'intensité de la vibration alterne du niveau 1 (intensité la plus faible) au niveau 5 (intensité la plus élevée).

Programme de vibration manuelle :
Dans cette option, vous pouvez choisir l'intensité de vibration voulue entre le niveau 1 (intensité la plus faible) et le niveau 5 (intensité la plus élevée).
-Appuyez deux fois de suite sur le bouton ON/OFF de l'écran de vibration et vous verrez apparaître le mot « Manual » sur l'écran.
-Sélectionnez le niveau d'intensité voulu en appuyant sur les boutons « Intensity » « + » et « - ».
-Vous pouvez modifier à votre guise l'intensité de la vibration tout au long du programme en appuyant sur les boutons « Intensity » « + » et « - ».

**ÉLECTROSTIMULATION :**
L'option EMS comprend 5 programmes différents que vous pouvez utiliser indifféremment en fonction de vos besoins :
Programme 1 : Tonification (durée : 21 m)
Programme 2 : Réducteur (durée : 20 min)
Programme 3 : Silhouette (durée : 24 min)
Programme 4 : Brûlure de calories (durée : 24 min)
Programme 5 : Raffermissant (durée : 22 min)

ALTA_MANUAL 8 IDIOMAS GF DUAL SHAPER.pdf 11 06/04/11 13:03

**ATTENTION :**
-Nous vous rappelons que les programmes d'EMS ne s'activent que lorsque les électrodes entrent en contact avec la peau. Si celles-ci ne sont pas en contact avec la peau, il ne sera pas possible de sélectionner les programmes d'EMS.
-Si vous souhaitez modifier les niveaux ou les programmes d'EMS pendant que vous utilisez la ceinture à la fois en mode EMS et Vibration, vous devez retirer le panneau de sa fixation afin d'éviter d'augmenter l'EMS de plusieurs niveaux à la fois.

ATTENTION : IL EST RECOMMANDÉ DE REMPLACER LES ÉLECTRODES TOUTES LES 30 SESSIONS. SI VOUS OBSERVEZ UNE PERTE PRÉMATURÉE D'ADHÉRENCE, IL FAUDRA LES HUMIDIFIER À L'AIDE D'UNE ÉPONGE LÉGÈREMENT MOUILLÉE.

N'utilisez que les électrodes fournies par le distributeur Gymform Dual Shaper. Les électrodes fournies avec le Gymform Dual Shaper n'ont pas besoin d'être désinfectées ou stérilisées.

La durée de chaque programme est déterminée par défaut. Ceci dit, si vous souhaitez arrêter le programme avant la fin, vous pouvez éteindre l'option d'EMS en appuyant sur le bouton ON/OFF jusqu'à ce que vous arriviez au Programme 0.

**Méthode à suivre :**
-Appuyez une seule fois sur le bouton ON/OFF de l'écran d'EMS pour activer l'option et vous verrez que le Programme 0 s'active sur l'écran. Appuyez ensuite sur le bouton ON/OFF afin de sélectionner le programme voulu du 1 au 5 et choisissez le numéro de programme voulu.
-Appuyez sur les boutons « Intensity » « + » et « - » pour sélectionner l'intensité du signal d'EMS (le niveau 1 correspondant à l'intensité la plus faible et le 30 à l'intensité la plus élevée). Nous vous recommandons d'augmenter progressivement l'intensité afin d'éviter que le signal d'EMS ne provoque une sensation d'inconfort.

**NETTOYAGE ET ENTRETIEN**
Votre ceinture GYMFORM® DUAL SHAPER ne requiert pratiquement aucun nettoyage ni entretien. Si vous estimez nécessaire de nettoyer votre ceinture GYMFORM® DUAL SHAPER, vous pouvez utiliser un linge doux et humide. Assurez-vous de la débrancher avant de la nettoyer.

**GARANTIE**
Ce produit est couvert par une garantie contre les défauts de fabrication valable pendant la durée établie par la législation applicable dans chaque pays.

**ÉLIMINATION**
Dans le but de préserver l'environnement, si vous décidez de vous débarrasser de cet appareil, de la pile et/ou de l'adaptateur de courant, nous vous invitons à utiliser les conteneurs spéciaux pour appareils électriques et/ou électroniques.

**CERTIFICATS ET NORME**
Ce produit est conforme aux directrices 73/23/CEE (basse tension) et 89/336/CEE (compatibilité électromagnétique) pour un usage domestique.

**SPÉCIFICATIONS TECHNIQUES**
Alimentation électrique de la ceinture GYMFORM® DUAL SHAPER avec l'adaptateur fourni à cet effet modèle SW1201000-W02:
Tension d'entrée 100-240V 50/60Hz 0.65A; Sortie 12V 1.0A
Rang de charge : 300ohm – 5000 ohm

Tableau des caractéristiques du signal sur la connexion des électrodes

| Programme | Largeur d'impulsion $\mu$S | fréquence Hz : min-max | intensité mA: man -máx |
|---|---|---|---|
| 1 | 460 | 4 - 18 | 1.8 - 42.0 |
| 2 | 460 | 10 - 15 | 2.3 - 42.0 |
| 3 | 460 | 4 - 30 | 2.0 - 42.0 |
| 4 | 460 | 0 - 35 | 2.5 - 42.0 |
| 5 | 460 | 4 - 25 | 1.5 - 42.0 |

Les changements de l'impédance de charge dans le rang de fonctionnement de l'appareil provoquent un changement du courant et de la tension sur cette indépendance de charge.

**ATTENTION**
**POUR JETER LES MATÉRIAUX**
Le symbole d'un conteneur à roulettes barré indique que vous devez vous informer et respecter les règlements locaux indiquant comment jeter ce type de produits.

Ne jetez pas ce produit avec vos résidus généraux.
Vous devez respecter les règlements locaux en la matière.

Les produits électriques et électroniques contiennent des substances dangereuses ayant des effets néfastes sur l'environnement ou la santé humaine, c'est pourquoi ils doivent être recyclés de façon appropriée.

Industex, S.L.
Av. P. Catalanes, 34, 8ª planta
08950 Esplugas de Llobregat
Barcelone-Espagne
Fabriqué en Chine

Vielen Dank für den Erwerb des GYMFORM® DUAL SHAPER. Mit dem GYMFORM® DUAL SHAPER können Sie nun die Vorteile der Elektrostimulation und der Vibration gleichzeitig für sich nutzen.

ACHTUNG. LESEN SIE DIESE BEDIENUNGSANLEITUNG AUFMERKSAM DURCH, BEVOR SIE DIESES GERÄT VERWENDEN.

**WARNHINWEISE:**
Konsultieren Sie Ihren Hausarzt und Ihren Physiotherapeuten, bevor Sie irgendein Trainingsprogramm starten. Das gilt auch für den GYMFORM® DUAL SHAPER.

Vergewissern Sie sich, dass Sie die Anleitungen, Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen sorgfältig gelesen und verstanden haben, bevor Sie den GYMFORM® DUAL SHAPER verwenden.
GYMFORM® DUAL SHAPER wurde für Erwachsene mit einem guten Gesundheitszustand entwickelt. Dennoch muss das Gerät mit Vorsicht verwendet werden. Lesen Sie die nachstehenden Anweisungen und die Bedienungsanleitung, bevor Sie dieses Produkt verwenden.

-Halten Sie den GYMFORM® DUAL SHAPER von Kindern fern.
-Verwenden Sie den GYMFORM® DUAL SHAPER nicht, wenn Sie unter Thrombosen leiden oder sich in ärztlicher Behandlung befinden.
-Sie dürfen den GYMFORM® DUAL SHAPER nicht verwenden, wenn Sie ein elektronisches Implantat (z. B. einen Herzschrittmacher) tragen oder an einer anderen Herzerkrankung leiden.
-Verwenden Sie den GYMFORM® DUAL SHAPER nicht 30 Minuten vor oder nach den Mahlzeiten.
-Wenn Sie unter schweren Erkrankungen gelitten haben, müssen Sie Ihren Arzt konsultieren, bevor Sie den GYMFORM® DUAL SHAPER verwenden.
-Verwenden Sie den GYMFORM® DUAL SHAPER nicht in der Nähe von Wasser, und nicht mit nassen Händen.
-Setzen Sie Ihren GYMFORM® DUAL SHAPER NIE im Brustbereich an, denn die Elektrostimulation könnte die Gefahr von Herzflimmern erhöhen.
-Setzen Sie Ihren GYMFORM® DUAL SHAPER NIE auf einer Zone an, in der die Haut geschädigt, gereizt oder infiziert ist oder Wunden aufweist, und auch nicht über Knochenbrüchen, Verstauchungen, Metallimplantaten usw.
-VERMEIDEN Sie die Verwendung in der Nähe von Geräten, die elektromagnetische Strahlung abgeben, beispielsweise Telekommunikationsantennen, Mikrowellengeräte, Röntgengeräte usw.
-VERMEIDEN Sie die Verwendung, wenn Sie schläfrig sind oder schlafen.
-VERMEIDEN Sie die Verwendung, wenn Ihr Körper in Kontakt mit Wasser ist, oder in feuchten Umgebungen.
-VERMEIDEN Sie die Verwendung in Kombination mit einem anderen Gerät, das elektrischen Strom in den Körper einleitet, oder jeder anderen Maschine.
-VERMEIDEN Sie die Verwendung, wenn Sie arbeiten oder eine Maschine führen.
-In einigen Fällen können die Pads eine vorübergehende Rötung der Haut auslösen.

-Dieses Symbol weist darauf hin, dass das Gerät mit einer BF-Doppelisolierung gegen elektrostatische Entladung geschützt ist.

-Mit Doppelisolierung oder verstärkter Isolierung geschützt.

-Der Adapter SW1201000-W02 ist ausschließlich für den GYMFORM® DUAL SHAPER vorgesehen. Andere Adapter passen nicht.
-Der gleichzeitige Anschluss des GYMFORM® DUAL SHAPER an ein Hochfrequenzchirurgiegerät kann Verbrennungen an den Kontaktstellen des GYMFORM® DUAL SHAPER mit der Haut verursachen und den GYMFORM® DUAL SHAPER beschädigen.
-Der Betrieb eines Kurzwellentherapiegerätes oder Mikrowellenofens in der Nähe, d. h. im Abstand von etwa 1 m zum GYMFORM® DUAL SHAPER kann eine instabile Ausgangsleistung des GYMFORM® DUAL SHAPER zur Folge haben.
-Das Ansetzen von Elektroden in Brustkorbnähe kann die Gefahr von Herzflimmern erhöhen.

**Sie dürfen den GYMFORM® DUAL SHAPER NICHT verwenden:**
•Verwenden Sie den GYMFORM® DUAL SHAPER nicht, wenn Sie sich vor kurzem einem chirurgischen Eingriff unterzogen haben.
•Wenn Sie ein elektronisches Implantat tragen (beispielsweise einen Herzschrittmacher) oder unter einem anderen Herzproblem leiden.
•Während der Schwangerschaft.
•Wenn Sie unter Krebs oder Epilepsie leiden oder aufgrund einer kognitiven Störung unter ärztlicher Aufsicht stehen.
•Wenn das Gerät in der Nähe (beispielsweise im Abstand von 1 Meter) von Therapiegeräten steht, die Kurzwellen oder Mikrowellen aussenden.
•Wenn Sie an chirurgische Hochfrequenzgeräte angeschlossen sind.
•Während der Stillzeit.

**Frauen müssen mit der Verwendung des GYMFORM® DUAL SHAPER warten:**
•Mindestens sechs Monate nach der Geburt Ihres Kindes (nach vorheriger Absprache mit Ihrem Arzt).
•Einen Monat nach dem Einsetzen eines Intrauterinpessars.
•Mindestens drei Monate nach einem Kaiserschnitt (nach vorheriger Absprache mit Ihrem Arzt).
•Die ersten Tage der Menstruation.

**Für die Verwendung des GYMFORM® DUAL SHAPER müssen Sie die Zustimmung Ihres Arztes oder Physiotherapeuten einholen:**
•Wenn Sie unter einer schweren Erkrankung oder Wunde leiden, die in diesem Abschnitt noch nicht genannt wurde.
•Wenn Sie vor kurzem operiert wurden.
•Wenn Sie aufgrund einer Diabetes Insulin zu sich nehmen.

**Zusätzliche Warnhinweise:**
-Verwahren Sie den GYMFORM® DUAL SHAPER in der mitgelieferten Transporttasche und halten Sie ihn fern von spitzen oder scharfen Gegenständen.

-Legen Sie niemals schwere Gegenstände auf Ihren Gurt GYMFORM® DUAL SHAPER.
-Stoppen Sie die Verwendung sofort, wenn Sie irgendeine Form von Beschwerden verspüren.
-Verwenden Sie nur die mitgelieferten Kabel und Adapter.
-Ziehen Sie nach jedem Gebrauch den Netzstecker.
-Zerlegen, reparieren oder modifizieren Sie den GYMFORM® DUAL SHAPER nicht.
-Verwenden Sie den GYMFORM® DUAL SHAPER nicht bei hohen Temperaturen oder in sehr feuchten Umgebungen.
-GYMFORM® DUAL SHAPER ist kein medizinisches oder therapeutisches Gerät.

**Denken Sie beim Anlegen Ihres GYMFORM® DUAL SHAPER stets an folgendes:**
-Legen Sie den Gurt NUR über dem Bauch, im Bereich der Schenkel oder im Bereich des Pos an.
-Legen Sie den Gurt nicht an: Am Hals, auf Brust und Rücken, so dass der Strom durch das Herz fließt (d.h. ein Pad auf der Brust und ein zweites auf dem Rücken, davon eines mit schwarzem und das andere mit weißem Kabel), an den Genitalien oder am Kopf.
-Legen Sie den Gurt nicht auf frischen Narben, entzündeter Haut, infizierten Stellen oder in Zonen an, die von Akne, Thrombosen oder sonstigen Venenproblemen (Krampfadern) betroffen sein können, und auch nicht in Körperbereichen mit eingeschränkter Sensibilität.
-Nicht in Bereichen mit Verletzungen oder eingeschränkter Beweglichkeit (Brüche oder Verstauchungen) anlegen.
-Den Gurt nicht direkt über Metallimplantaten anlegen. Der Gurt muss über dem nächstgelegenen Muskel angelegt werden.

**INHALT**

1. 1 Gurt mit Steuerung
2. 2 Selbsthaftende Pads
3. 1 Adapter
4. 1 Transporttasche
5. 1 Bedienungsanleitung
6. 1 Diät
7. 1 Maßband

**ANLEGEN DES GURTS**
1- Trennen Sie die beiden hinteren Teile des Haltesystems voneinander.
2- Legen Sie Ihren Gurt GYMFORM® DUAL SHAPER am gewünschten Körperbereich an und schließen Sie den hinteren Teil des Gurts. Vergewissern Sie sich, dass der Gurt fest sitzt.
3- Stecken Sie den Stecker in die Steckdose.

**FUNKTIONSWEISE DER STEUERUNG**
Sobald der Stecker an die Stromversorgung angeschlossen ist, drücken Sie auf den Hauptsteuerknopf „ON/OFF“. Die beiden Bildschirme für Elektrostimulation (EMS) und Vibration sind eingeschaltet.

**GYMFORM® DUAL SHAPER bietet 3 Nutzungsmöglichkeiten:**
-VIBRATION UND EMS GLEICHZEITIG: Wenn Sie diese Option wünschen, müssen Sie die Programme für beide Betriebsmodi getrennt an der Steuerung anwählen.
-NUR VIBRATION: Wenn Sie diese Option wünschen, brauchen Sie nur die Programme für den Betriebsmodus Vibrationen an der Steuerung anwählen.
-NUR EMS: Wenn Sie diese Option wünschen, brauchen Sie nur die Programme für den Betriebsmodus EMS an der Steuerung anwählen.

**VIBRATION:**
Der Betriebsmodus Vibration ermöglicht keine Auswahl der Zeitdauer, die Programmdauer ist standardmäßig auf 30 Minuten voreingestellt. Wenn Sie das Programm vorzeitig beenden möchten, könnten Sie den Betriebsmodus Vibration ausschalten, indem Sie auf den Knopf ON/OFF drücken.

**Automatisches Vibrationsprogramm:**
-Drücken Sie auf den Knopf ON/OFF am Vibrationsbildschirm.
-Standardmäßig ist das automatische Vibrationsprogramm eingestellt. Dieses Programm hat eine Dauer von 30 Min. Im automatischen Vibrationsprogramm wechselt die Vibrationsintensität von Stufe 1 (niedrige Intensitätsstufe) auf Stufe 5 (hohe Intensitätsstufe).

**Manuelles Vibrationsprogramm:**
Mit diesem Betriebsmodus können Sie die Intensitätsstufe für die Vibrationen nach Wunsch auswählen, von Stufe 1 (niedrige Intensitätsstufe) bis Stufe 5 (hohe Intensitätsstufe).
-Drücken Sie zwei Mal nacheinander auf den Knopf ON/OFF im Vibrationsbildschirm, daraufhin können Sie sehen, dass am Bildschirm das Wort „Manual“ angezeigt wird.
-Wählen Sie die gewünschte Intensitätsstufe aus, indem Sie auf die Knöpfe „Intensity“ + bzw. - drücken.
-Während des Programms können Sie die Intensitätsstufe der Vibrationen nach Wunsch ändern, indem Sie auf die Knöpfe „Intensity“ + bzw. - drücken.

**ELEKTROSTIMULATION:**
Der Betriebsmodus EMS bietet 5 unterschiedliche Programme. Wählen Sie das gewünschte Programm nach Ihren Bedürfnissen aus:
Programm 1: Tonisierung (Dauer: 21 Min.)

Programm 2: Reduktion (Dauer: 20 Min)
Programm 3: Silhouette (Dauer: 24 Min)
Programm 4: Kalorienverbrennung (Dauer: 24 Min)
Programm 5: Festigung (Dauer: 22 Min)

**ACHTUNG:**
-Denken Sie daran, dass die EMS-Programme nur aktiviert werden können, wenn die Pads im Kontakt mit der Haut sind. Wenn die Pads keinen Hautkontakt haben, können die EMS-Programme nicht angewählt werden.
-Wenn Sie den Gurt im Betriebsmodus EMS und Vibration gleichzeitig verwenden und die Stufen oder Programme für die Elektrostimulation ändern möchten, dann nehmen Sie das Bedienpult aus der Halterung; auf diese Weise vermeiden Sie die Gefahr, das EMS um mehrere Stufen auf einmal zu steigern.

ACHTUNG: WIR EMPFEHLEN, DIE PADS NACH 30 VERWENDUNGEN ZU ERSETZEN. WENN SIE EINEN VORZEITIGEN VERLUST DER HAFTUNG FESTSTELLEN, BEFEUCHTEN SIE DIE PADS MIT EINEM LEICHT ANGEFEUCHTETEN SCHWAMM.

Verwenden Sie nur Pads von Ihrem GYMFORM®-DUAL-SHAPER-Händler. Die mit dem GYMFORM® DUAL SHAPER gelieferten Pads müssen weder desinfiziert noch sterilisiert werden.
Die Zeitdauer für jedes Programm ist voreingestellt. Wenn Sie jedoch ein Programm vorzeitig beenden möchten, können Sie den Betriebsmodus EMS abschalten, indem Sie den Knopf ON/OFF drücken, bis Sie zum Programm 0 kommen.

**Schritte:**
-Drücken Sie ein Mal auf den Knopf ON/OFF im EMS-Bildschirm, um den Betriebsmodus zu aktiveren; Sie sehen, dass das Programm 0 aktiviert wird. Anschließend drücken Sie so lange den Knopf ON/OFF, bis Sie das gewünschte Programm von 1 bis 5 erreicht haben, und wählen Sie die Programmnummer aus.
-Drücken Sie auf die Knöpfe „Intensity" + und -, um die Intensität des EMS-Signals auszuwählen. Stufe 1 ist die niedrigste Intensitätsstufe, und Stufe 30 die höchste. Es empfiehlt sich, die Intensität allmählich zu steigern, um zu vermeiden, dass das EMS-Signal als unangenehm empfunden wird.

**REINIGUNG UND INSTANDHALTUNG**
Ihr Gurt GYMFORM® DUAL SHAPER benötigt praktisch keinerlei Art von Reinigung oder Instandhaltung. Wenn Sie Ihren Gurt GYMFORM® DUAL SHAPER doch einmal reinigen müssen, genügt ein weiches, angefeuchtetes Tuch. Vergewissern Sie sich, dass der Netzstecker des Geräts gezogen ist, bevor Sie es reinigen.

**GARANTIE**
Die Garantie für dieses Produkt deckt Fertigungsfehler innerhalb der für jedes Land gesetzlich festgelegten Frist ab.

**ENTSORGUNG**
Wenn Sie sich dafür entscheiden, dieses Gerät, die Batterie und/oder den Netzadapter zu entsorgen, müssen Sie dazu die speziellen Container für elektrische bzw. elektronische Geräte verwenden, um die Umwelt nicht zu schädigen.

**ZERTIFIKATE UND GESETZLICHE REGELUNGEN**
Dieses Produkt erfüllt die Richtlinien 73/23/EWG (Niederspannungsrichtlinie) und 89/336/EWG (Richtlinie über die elektromagnetische Verträglichkeit) für den nichtgewerblichen Gebrauch.

**TECHNISCHE DATEN**
Netzanschluss des Gurtes des GYMFORM® DUAL SHAPER mit dem mitgelieferten Adapter SW1201000-W02:
Eingangsspannung: 100-240 V 50/60 Hz 0,65 A; Ausgang: 12 V 1,0 A
Lastbereich: 300 Ohm – 5000 Ohm

| Signaldaten beim Anschluss der Pads | | | |
|---|---|---|---|
| Programm | Pulsweite [$\mu$S] | Frequenz [Hz]: min. - max. | Stromstärke [mA]: min. - max. |
| 1 | 460 | 4 - 18 | 1.8 - 42.0 |
| 2 | 460 | 10 - 15 | 2.3 - 42.0 |
| 3 | 460 | 4 - 30 | 2.0 - 42.0 |
| 4 | 460 | 0 - 35 | 2.5 - 42.0 |
| 5 | 460 | 4 - 25 | 1.5 - 42.0 |

Eingangswiderstandsänderungen innerhalb des Betriebsbereichs des Gerätes rufen eine Änderung von Stromstärke und Spannung bei gleichem Eingangswiderstand hervor.

**ACHTUNG**
**ENTSORGUNG VON MATERIALIEN**
Das Symbol eines durchgestrichenen Containers auf Rädern gibt an, dass Sie sich informieren und die lokalen Entsorgungsvorschriften für diese Art von Produkten befolgen müssen.

Entsorgen Sie dieses Produkt nicht so, wie Sie es mit allgemeinen Haushaltsabfällen machen würden.
Sie müssen dazu die entsprechenden lokalen Vorschriften befolgen.

Elektrische und elektronische Produkte enthalten gefährliche Substanzen, die schädliche Auswirkungen auf die Umwelt oder die menschliche Gesundheit haben können, und müssen adäquat wiederverwertet werden.

Industex, S.L.
Av. P. Catalanes, 34, 8ª planta
08950 Esplugas de Llobregat
Barcelona-Spanien
Made in China

La ringraziamo per aver acquistato GYMFORM® DUAL SHAPER. Con GYMFORM® DUAL SHAPER potrà godere dei benefici dell'elettrostimolazione e della vibrazione contemporaneamente.

ATTENZIONE, LEGGERE ATTENTAMENTE IL PRESENTE MANUALE D'ISTRUZIONI PRIMA DI USARE IL PRODOTTO.

**AVVERTENZE:**
Prima d'iniziare qualsiasi programma di esercizi con GYMFORM® DUAL SHAPER, consultare il medico di famiglia e un fisioterapista.

Prima di usare GYMFORM® DUAL SHAPER accertarsi di aver letto attentamente le istruzioni, le avvertenze e le precauzioni contenute in questo manuale.
GYMFORM® DUAL SHAPER è stato progettato per essere usato da persone adulte in buon stato di salute. Tuttavia, se ne raccomanda l'uso con attenzione. Leggere le seguenti indicazioni e il manuale d'istruzioni prima di usare questo prodotto.

- Tenere GYMFORM® DUAL SHAPER lontano dalla portata dei bambini.
- L'uso di GYMFORM® DUAL SHAPER non è raccomandato a persone affette da trombosi o in cura medica.
-NON usare GYMFORM® DUAL SHAPER:
In soggetti portatori di impianti elettronici (per esempio pacemaker) o con altri problemi cardiaci.
- Non usare GYMFORM® DUAL SHAPER 30 minuti prima o dopo il pasto.
- Se si è stati affetti da malattie gravi, consultare il proprio medico prima di usare GYMFORM® DUAL SHAPER.
- Non usare GYMFORM® DUAL SHAPER in prossimità d'acqua o con le mani umide.
- Non usare mai GYMFORM® DUAL SHAPER sulla zona toracica in quanto l'elettrostimolazione potrebbe aumentare il rischio di fibrillazione cardiaca.
- Non usare mai GYMFORM® DUAL SHAPER su pelle escoriata, irritata, infettata o ferita, né su fratture, slogature o protesi metalliche, ecc.
- EVITARE l'uso dell'unità in prossimità di dispositivi che emettono radiazioni elettromagnetiche come antenne, forni microonde, apparecchi a raggi X, ecc.
- EVITARE l'uso dell'unità se assonnati o durante il sonno.
- EVITARE l'uso dell'unità in caso di contatto del corpo con l'acqua o in ambienti umidi.
- EVITARE l'uso dell'unità in combinazione con un altro dispositivo che trasmette corrente elettrica al corpo o con altre macchine.
- EVITARE l'uso dell'unità durante lo svolgimento di un lavoro o la conduzione di una macchina.
- In alcuni casi, gli elettrodi possono provocare un arrossamento momentaneo della pelle.

-Questo simbolo indica che l'apparecchio è protetto contro scariche elettrostatiche con doppio isolamento tipo BF.

-Apparecchio protetto con doppio isolamento o isolamento rinforzato.

-L'adattatore modello SW1201000-W02 deve essere utilizzato esclusivamente per Gymform Dual Shaper. Non utilizzare adattatori diversi da quello fornito in dotazione con l'apparecchio.
-Il collegamento dell'apparecchio a un dispositivo chirurgico ad alta frequenza può causare ustioni nei punti di contatto del GYMFORM® DUAL SHAPER. Inoltre, il GYMFORM® DUAL SHAPER può danneggiarsi.
-Il funzionamento di un dispositivo medico a onde corte o di un forno a microonde nelle vicinanze (1 m ad esempio) può causare instabilità nella potenza di uscita del Gymform ® DUAL SHAPER.
-L'applicazione dei cerotti in prossimità del torace può aumentare il rischio di fibrillazione cardiaca.

**NON usare GYMFORM® DUAL SHAPER:**
•In caso di recente intervento chirurgico.
•In soggetti portatori di impianti elettronici (per esempio pacemaker) o con altri problemi cardiaci.
• In caso di gravidanze.
• In caso di persone affette da cancro, epilessia o sotto monitoraggio medico a causa di disfunzioni cognitive.
• In caso di prossimità dell'unità (per esempio, a un metro) a dispositivi terapeutici ad onde corte o microonde.
• In caso di collegamento a dispositivi chirurgici ad altra frequenza.
• Durante il periodo di allattamento.

In caso di gravidanza, per potere usare GYMFORM® DUAL SHAPER è necessario attendere:

• Al meno sei mesi dopo la nascita del bambino (previa consultazione medica)
• Un mese dopo l'impianto di un anticoncezionale intrauterino.
• Al meno tre mesi dopo un parto cesareo (previa consultazione medica).
• I primi giorni delle mestruazioni.

**Per potere usare l'unità GYMFORM® DUAL SHAPER è necessario ottenere il permesso del medico o del fisioterapista:**
• In caso di malattia o ferita grave non menzionata ancora in questa sezione.
• In caso di intervento chirurgico recente.
• In caso di assunzione di insulina a causa di diabete.

**Avvertenze aggiuntive:**
- Conservare GYMFORM® DUAL SHAPER nell'apposita borsa da trasporto fornita in dotazione e mantenere l'unità lontana da oggetti appuntiti o taglienti.
- Non porre oggetti pesanti sulla cintura GYMFORM® DUAL SHAPER.
- Interrompere l'uso dell'unità immediatamente in caso di disturbi.
- Utilizzare solo i cavi e l'adattatore in dotazione.
- Scollegare dalla corrente elettrica dopo l'uso.

ALTA_MANUAL 8 IDIOMAS GF DUAL SHAPER.pdf 16 06/04/11 13:03

- Non smontare, riparare o modificare GYMFORM® DUAL SHAPER.
- Non usare GYMFORM® DUAL SHAPER ad alte temperature o in ambienti altamente umidi.
- GYMFORM® DUAL SHAPER non è un apparecchio medico o terapeutico.

**Per l'uso di GYMFORM® DUAL SHAPER, ricordarsi sempre di:**
- Usare la cintura SOLO sull'addome o nella zona di cosce e glutei.
- Non usare la cintura su collo, seno, schiena in modo da evitare che l'elettricità attraversi il cuore, né sui genitali o sulla testa.
- Non usare la cintura su cicatrici recenti, pelle infiammata, aree infette o suscettibili di acne, trombosi o altri problemi vascolari (vene varicose), né su qualsiasi altra parte del corpo con sensibilità limitata.
- Non usare la cintura su zone lesionate o con mobilità limitata (fratture o slogature).
- Non usare la cintura direttamente su protesi metalliche. In tal caso posizionare la cintura sul muscolo più vicino.

**CONTENUTO**

1. 1 cintura con quadrante di controllo
2. 2 elettrodi autoadesivi
3. 1 adattatore
4. 1 borsa da trasporto
5. 1 manuale di istruzioni
6. 1 programma dietetico
7. 1 fascia metrica

**POSIZIONAMENTO DELLA CINTURA**
1. Separare le due parti posteriori del sistema di chiusura.
2. Posizionare la cintura GYMFORM® DUAL SHAPER sulla parte del corpo desiderata e chiudere la parte posteriore della cintura assicurandosi che rimanga ben agganciata.
3. Collegare la spina alla corrente elettrica.



FUNZIONAMENTO DEL QUADRANTE DI CONTROLLO
Una volta collegata la spina alla corrente elettrica, premere il pulsante “ON/OFF” principale del quadrante di controllo. I due display di Elettrostimolazione (EMS) e Vibrazione si accederanno.

**GYMFORM® DUAL SHAPER offre 3 possibilità d'uso:**
- VIBRAZIONE ED EMS CONTEMPORANEAMENTE: se si desidera quest'opzione, selezionare sul quadrante di controllo i programmi di entrambe le opzioni separatamente.
- SOLO VIBRAZIONE: se si desidera quest'opzione, è necessario selezionare sul quadrante di controllo solo i programmi relativi all'opzione Vibrazione.
- SOLO EMS: se si desidera quest'opzione, è necessario selezionare sul quadrante di controllo solo i programmi relativi all'opzione EMS.

**VIBRAZIONE:**
L'opzione Vibrazione non permette di selezionare il tempo. La durata di default è di 30 min. Se si desidera che il programma si interrompa prima, è possibile annullare l'opzione Vibrazione premendo il pulsante ON/OFF.
Programma Vibrazione automatica:
- premere il pulsante ON/OFF sul display Vibrazione.
- Di default si attiva il Programma Vibrazione automatica. Questo programma ha una durata prestabilita di 30 min. Nel programma Vibrazione automatica l'intensità della vibrazione va dal Livello 1 (livello a bassa intensità) al Livello 5 (livello ad alta intensità).

**Programma Vibrazione manuale:**
Con quest'opzione è possibile scegliere il livello d'intensità di vibrazione desiderato, dal Livello 1 (livello a bassa intensità) al Livello 5 (livello ad alta intensità).
- premere il pulsante ON/OFF sul display Vibrazione due volte consecutive, sul display apparirà la scritta "Manual".
- Selezionare il livello d'intensità desiderato premendo i tasti “Intensity” “+” e “-”.
- Durante il programma, è possibile selezionare l'intensità della vibrazione desiderata premendo i tasti “Intensity” “+” e “-”.

**ELETTROSTIMOLAZIONE:**
L'opzione EMS offre 5 programmi diversi, usare il programma desiderato secondo le necessità:

Programma 1: Tonificazione (durata: 21 min.)
Programma 2: Riduttore (durata: 20 min.)
Programma 3: Silhouette (durata: 24 min.)
Programma 4: Bruciacalorie (durata: 24 min.)
Programma 5: Rassodante (durata: 22 min.)

**ATTENZIONE:**
- I programmi EMS si attivano solo se gli elettrodi entrano in contatto con la pelle. Se gli elettrodi non sono in contatto con la pelle, i programmi EMS non potranno essere selezionati.

ALTA_MANUAL 8 IDIOMAS GF DUAL SHAPER.pdf 17 06/04/11 13:03

- Se si sta utilizzando la cintura in modalità EMS e vibrazione contemporaneamente e si desiderano modificare i livelli o i programmi di EMS, rimuovere la console dalla sua sede, evitando così il rischio di aumentare l'EMS di vari livelli contemporaneamente.

ATTENZIONE: SI RACCOMANDA DI CAMBIARE GLI ELETTRODI OGNI 30 USI. NEL CASO IN CUI SI NOTASSE UNA PERDITA PREMATURA DI ADERENZA INUMIDIRE CON UNA SPUGNA LEGGERMENTE BAGNATA.

Utilizzare solo i cerotti forniti dal distributore Gymform Dual Shaper. I cerotti in dotazione con il Gymform Dual Shaper non richiedono nessun tipo di disinfezione o sterilizzazione.

Di default, ciascun programma ha una durata predefinita. Tuttavia, se si desidera che il programma si interrompa prima, è possibile annullare l'opzione EMS premendo il pulsante ON/OFF, fino a raggiungere il Programma 0.

**Step da seguire:**
- premere una volta il pulsante ON/OFF sul display EMS per attivare l'opzione. Sul display apparirà l'attivazione del Programma 0. Successivamente, premere ripetutamente il pulsante ON/OFF per selezionare il programma desiderato dall'1 al 5 e selezionare il numero del programma
desiderato.
- premere i tasti “Intensity” “+” e “-”per selezionare l'intensità del segnale EMS. Il livello 1 indica l'intensità minore mentre il livello 30 quella maggiore.
Si raccomanda di aumentare l'intensità gradualmente per evitare che il segnale EMS provochi dei disturbi.

**PULIZIA E MANUTENZIONE**
La cintura GYMFORM® DUAL SHAPER non necessita praticamente di nessun tipo di pulizia o manutenzione. Se si desidera pulire regolarmente la cintura GYMFORM® DUAL SHAPER, usare semplicemente un panno morbido e umido. Assicurarsi che l'unità sia completamente staccata dalla presa elettrica prima di procedere alla sua pulizia.

**GARANZIA**
Questo prodotto è garantito contro i difetti di fabbricazione per il tempo previsto dalla legislazione vigente.

**SMALTIMENTO**
Al fine di proteggere l'ambiente, se si decide di disfarsi dell'apparecchio, della batteria, e/o dell'adattatore, sarà necessario smaltirli in appositi contenitori per apparecchi elettrici e/o elettronici.

**CERTIFICATI E NORMATIVA**
Questo prodotto soddisfa le direttive 73/23/CEE (Bassa Tensione) e 89/336/CEE (Compatibilità Elettromagnetica) per uso domestico.

**SPECIFICHE TECNICHE**
Alimentazione della cintura GYMFORM® DUAL SHAPER mediante l'adattatore fornito in dotazione modello SW1201000-W02:
Voltaggio di ingresso 100-240 V 50/60 Hz 0,65 A; Uscita 12 V 1,0 A
Range di carica: 300 ohm – 5.000 ohm

Tabella delle caratteristiche del segnale relativamente al collegamento dei cerotti.

| Programma | larghezza di impulso $\mu$S | frequenza Hz: min. - max. | intensità mA: min. - max. |
|---|---|---|---|
| 1 | 460 | 4 - 18 | 1.8 - 42.0 |
| 2 | 460 | 10 - 15 | 2.3 - 42.0 |
| 3 | 460 | 4 - 30 | 2.0 - 42.0 |
| 4 | 460 | 0 - 35 | 2.5 - 42.0 |
| 5 | 460 | 4 - 25 | 1.5 - 42.0 |

Le variazioni dell'impedenza di carico all'interno del range di funzionamento dell'apparecchio determinano una variazione della corrente e della tensione sulla stessa impedenza di carico.

**ATTENZIONE**
**COME DISFARSI DELL’APPARECCHIO**
Il simbolo di un contenitore su ruote barrato indica che ci si deve informare sulla legislazione locale vigente per l’eliminazione di questo tipo di prodotto e seguirne le indicazioni.

Non disfarsi di questo prodotto buttandolo assieme ai rifiuti domestici. Seguire le normative locali corrispondenti.

I prodotti elettrici ed elettronici contengono sostanze pericolose che hanno effetti nocivi per l’ambiente e per la salute umana, e devono essere adeguatamente riciclati.

Industex, S.L.
Av. P. Catalanes, 34, 8ª planta
08950 Esplugas de Llobregat
Barcelona-Spagna

Made in China

ALTA_MANUAL 8 IDIOMAS GF DUAL SHAPER.pdf 18 06/04/11 13:03



Obrigado por adquirir o GYMFORM® DUAL SHAPER. Com o GYMFORM® DUAL SHAPER usufrua das vantagens da Electroestimulação e da Vibração ao mesmo tempo.

ATENÇÃO: ANTES DE UTILIZAR ESTE APARELHO LEIA CUIDADOSAMENTE ESTE MANUAL DE INSTRUÇÕES.

**ADVERTÊNCIAS:**
Antes de iniciar qualquer programa de exercício, incluindo o GYMFORM® DUAL SHAPER, consulte o seu médico de família e o seu fisioterapeuta.

Certifique-se de ler as instruções, advertências e precauções cuidadosamente antes de usar o GYMFORM® DUAL SHAPER.
O GYMFORM® DUAL SHAPER foi concebido para adultos saudáveis. No entanto, deve ser utilizado com precaução. Leia as seguintes indicações e o manual de instruções antes de utilizar este produto.

- Mantenha o GYMFORM® DUAL SHAPER fora do alcance das crianças.
- Não utilize o GYMFORM® DUAL SHAPER se sofrer de trombose ou se estiver em tratamento médico.
-NÃO deve utilizar o GYMFORM® DUAL SHAPER:
Se tiver um implante electrónico (por exemplo, um pacemaker) ou se sofrer de algum outro problema cardíaco.

- Não utilize o GYMFORM® DUAL SHAPER 30 minutos antes ou depois de uma refeição.
- Se tiver sofrido de doenças graves, consulte o seu médico antes de utilizar o GYMFORM® DUAL SHAPER.
- Não utilize o GYMFORM® DUAL SHAPER próximo da água ou com as mãos húmidas.
- NUNCA coloque o seu GYMFORM® DUAL SHAPER na zona torácica dado que a electroestimulação pode aumentar o risco de fibrilação cardíaca.
- NUNCA coloque o seu GYMFORM® DUAL SHAPER sobre uma zona da pele erodida, irritada, infectada ou com feridas, bem como sobre fracturas, entorses, implantes metálicos, etc.
- EVITE a sua utilização próximo de aparelhos que emitam radiação electromagnética, tais como antenas de telecomunicações, fornos microondas, equipamentos de raio-X, etc.
- EVITE a sua utilização se estiver sonolento ou a dormir.
- EVITE a sua utilização se o seu corpo estiver em contacto com a água ou num ambiente húmido.
- EVITE a sua utilização em combinação com qualquer outro dispositivo que transmita corrente eléctrica ao corpo ou com qualquer outra máquina.
- EVITE a sua utilização enquanto trabalha ou conduz uma máquina.
- Em alguns casos, as bandas podem provocar um avermelhamento temporário da pele.

-Este símbolo indica que o aparelho está protegido contra descargas electrostáticas com um isolamento duplo do tipo BF.

-Equipamento protegido com isolamento duplo ou isolamento reforçado.

-O adaptador do modelo SW1201000-W02 é de utilização exclusiva para o Gymform Dual Shaper e não pode ser utilizado outro diferente não fornecido com este produto.
-A ligação do equipamento a um aparelho cirúrgico de alta frequência pode provocar queimaduras nos pontos de contacto do GYMFORM® DUAL SHAPER e o GYMFORM® DUAL SHAPER pode ficar danificado.
-O funcionamento de um equipamento terapêutico de onda curta ou de um microondas nas proximidades (1 m, por exemplo) pode provocar instabilidades na potência de saída do GYMFORM® DUAL SHAPER.
-A aplicação das bandas próximo do tórax pode aumentar o risco de fibrilação cardíaca.

**NÃO deve utilizar o GYMFORM® DUAL SHAPER:**
• Se tiver sido submetido a uma intervenção cirúrgica recentemente.
• Se tiver um implante electrónico (por exemplo, um pacemaker) ou se sofrer de algum outro problema cardíaco.
• Em caso de gravidez.
• Se sofrer de cancro, epilepsia ou se estiver sob supervisão médica por disfunção cognitiva.
• Se a unidade estiver próximo (por exemplo, a 1 metro) de equipamentos terapêuticos de onda curta ou microondas.
• Se estiver ligado a equipamentos cirúrgicos de alta frequência.
• Durante o período de amamentação.

**As mulheres, para usarem o GYMFORM® DUAL SHAPER, devem esperar até que passem:**
• Pelo menos seis meses após o nascimento de um filho (com consulta prévia ao seu médico).
• Um mês após a colocação de um anticonceptivo intra-uterino.
• Pelo menos três meses após uma cesariana (com consulta prévia ao seu médico).
• Nos primeiros dias de menstruação.

**Para utilizar o GYMFORM® DUAL SHAPER deve obter o consentimento do seu médico ou fisioterapeuta:**
• Se sofrer de uma doença ou ferida grave que não tenham sido mencionadas nesta secção.
• Se tiver sido operado recentemente.
• Se tomar insulina para a diabetes.

**Advertências adicionais:**
- Guarde o GYMFORM® DUAL SHAPER na bolsa de transporte oferecida e mantenha-o afastado de objectos perfurantes ou cortantes.
- Nunca coloque objectos pesados sobre o seu cinto GYMFORM® DUAL SHAPER.
- Interrompa imediatamente a sua utilização se sentir qualquer tipo de indisposição.
- Utilize unicamente os cabos e o adaptador de corrente fornecidos.

- Desligue o aparelho da corrente eléctrica depois de cada utilização.
- Não desmonte, repare ou modifique o GYMFORM® DUAL SHAPER.
- Não utilize o GYMFORM® DUAL SHAPER com temperaturas elevadas ou em ambientes muito húmidos.
- O GYMFORM® DUAL SHAPER não é um aparelho médico ou terapêutico.

**Para utilizar o seu GYMFORM® DUAL SHAPER, lembre-se sempre de:**
- Colocar o cinto UNICAMENTE sobre o abdómen, na zona das coxas ou das nádegas.
- Não pôr o cinto: no pescoço, no peito e nas costas de forma que a electricidade passe através do coração, nos genitais ou na cabeça.
- Não colocar o cinto sobre cicatrizes recentes, pele inflamada, áreas infectadas ou susceptíveis à acne, trombose, outros problemas vasculares (veias varicosas) ou qualquer parte do corpo com sensibilidade limitada.
- Não colocar o cinto em áreas com lesões ou com mobilidade limitada (fracturas ou entorses).
- Não pôr o cinto directamente sobre implantes metálicos. Deve ser colocado sobre o músculo mais próximo.

**CONTEÚDO**

1. 1 cinto com comando
2. 2 bandas auto-adesivas
3. 1 adaptador de corrente
4. 1 bolsa de transporte
5. 1 manual de instruções
6. 1 plano de dieta
7. 1 fita métrica

**COLOCAÇÃO DO CINTO**
1. Separe as duas partes posteriores do sistema de fixação.
2. Coloque o seu cinto GYMFORM® DUAL SHAPER na região do corpo desejada e feche a parte posterior do cinto, assegurando-se de que fica bem apertado.
3. Ligue a ficha à corrente eléctrica.

**FUNCIONAMENTO DO COMANDO**
Depois de ligar a ficha à corrente eléctrica, carregue no botão "ON/OFF" principal do comando. Os dois ecrãs de Electroestimulação (EMS) e de Vibração acender-se-ão.

**O GYMFORM® DUAL SHAPER oferece 3 possibilidades de utilização:**
- SIMULTANEAMENTE VIBRAÇÃO E EMS: se desejar esta opção, deve seleccionar em separado os programas de ambas as opções no comando.
- UNICAMENTE VIBRAÇÃO: se desejar esta opção, só tem de seleccionar no comando os programas da opção de Vibração.
- UNICAMENTE EMS: se desejar esta opção, só tem de seleccionar no comando os programas da opção de EMS.

**VIBRAÇÃO:**
A opção de Vibração não permite seleccionar a duração, que é, por defeito, de 30 min. Se desejar que o programa termine antes, pode desligar a opção de Vibração carregando no botão ON/OFF.
**Programa de Vibração Automático:**
- Carregue no botão ON/OFF do ecrã de Vibração.
- Por defeito, fica activado o Programa de Vibração Automático. Este programa tem uma duração definida de 30 min. No Programa de Vibração Automático a intensidade da Vibração vai alternando desde o Nível 1 (baixa intensidade) até ao Nível 5 (nível de alta intensidade).

**Programa de Vibração Manual:**
Com esta opção, pode seleccionar o nível de Intensidade de Vibração desejado, desde o Nível 1 (baixa intensidade) até ao Nível 5 (alta intensidade).
- carregue no botão ON/OFF do ecrã de Vibração duas vezes seguidas e verá que no ecrã aparece a palavra "Manual".
- Seleccione o nível de intensidade desejado carregando nos botões de "Intensity" "+" e "-".
- Enquanto o programa durar, pode fazer variar a intensidade da Vibração conforme desejar, carregando nos botões de "Intensity" "+" e "-".

**ELECTROESTIMULAÇÃO:**
A opção de EMS oferece 5 programas diferentes. Utilize o programa desejado de acordo com as suas necessidades:

Programa 1: Tonificação (duração: 21 min)
Programa 2: Redutor (duração: 20 min)
Programa 3: Silhueta (duração: 24 min)
Programa 4: Queima de Calorias (duração: 24 min)
Programa 5: Refirmante (duração: 22 min)

**ATENÇÃO:**
- Tenha em conta que os programas de EMS só são activados se as bandas estiverem em contacto com a pele. Caso contrário, os programas de EMS não poderão ser seleccionados.
- Se estiver a utilizar o cinto simultaneamente no Modo EMS e Vibração e quiser alterar os níveis ou os programas EMS, retire o painel do seu

ALTA_MANUAL 8 IDIOMAS GF DUAL SHAPER.pdf 20 06/04/11 13:03

suporte, pois desta forma evitará o risco de aumentar a EMS vários níveis de uma só vez.

ATENÇÃO: RECOMENDAMOS SUBSTITUIR AS BANDAS A CADA 30 UTILIZAÇÕES. SE OBSERVAR UMA PERDA PREMATURA DE ADERÊNCIA, HUMEDEÇA COM UMA ESPONJA LIGEIRAMENTE MOLHADA.

Utilizar unicamente as bandas fornecidas pelo distribuidor do Gymform Dual Shaper. As bandas fornecidas com o Gymform Dual Shaper não necessitam de qualquer tipo de desinfecção ou esterilização.

A duração de cada programa está definida por defeito. No entanto, se desejar que o programa termine antes, pode desligar a opção de EMS carregando no botão ON/OFF até chegar ao Programa 0.

**Procedimento:**
- carregue uma vez no botão ON/OFF do ecrã de EMS para activar a opção, verá que no ecrã é activado o Programa 0. Depois, vá carregando no botão ON/OFF para seleccionar o programa desejado de 1 a 5 e seleccione o número do programa.
- carregue nos botões de "Intensity" "+" e "-" para seleccionar a intensidade do sinal de EMS, o nível 1 é o de menor intensidade e o nível 30 é o de maior intensidade. É recomendável ir aumentando a intensidade progressivamente para evitar que o sinal de EMS seja incómodo.

**LIMPEZA E MANUTENÇÃO**
O seu cinto GYMFORM® DUAL SHAPER não precisa de praticamente nenhum tipo de limpeza ou manutenção. Se eventualmente tiver de limpar o seu cinto GYMFORM®DUAL SHAPER pode fazê-lo com um pano macio e húmido. Certifique-se de que o cinto está completamente desligado da corrente antes de o limpar.

**GARANTIA**
Este produto fica coberto por uma garantia contra defeitos de fabrico sujeita aos prazos estipulados pela legislação em vigor em cada país.

**ELIMINAÇÃO**
Com o objectivo de preservar o ambiente, se decidir desfazer-se deste aparelho, da bateria, e/ou do adaptador de corrente, utilize os contentores especiais para aparelhos eléctricos e/ou electrónicos.

**CERTIFICADOS E NORMAS**
Este produto cumpre as Directivas 73/23/CEE (Directiva de Baixa Tensão) e 89/336/CEE (Directiva de Compatibilidade Electromagnética) para uso doméstico.

**ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS**
Alimentação do cinturão GYMFORM® DUAL SHAPER com o adaptador fornecido de modelo SW1201000-W02:

Tensão de entrada 100-240 V 50/60 Hz 0,65 A; Saída 12 V 1,0 A
Intervalo de carga: 300 ohm – 5000 ohm

| Quadro de características do sinal sobre a ligação das bandas | | | |
|---|---|---|---|
| Programa | Amplitude impulso $\mu$S | Frequência Hz: mín-máx | Intensidade mA: mín-máx |
| 1 | 460 | 4 - 18 | 1.8 - 42.0 |
| 2 | 460 | 10 - 15 | 2.3 - 42.0 |
| 3 | 460 | 4 - 30 | 2.0 - 42.0 |
| 4 | 460 | 0 - 35 | 2.5 - 42.0 |
| 5 | 460 | 4 - 25 | 1.5 - 42.0 |

As oscilações da impedância de carga dentro do intervalo de funcionamento do aparelho produzem uma variação da corrente e da tensão sobre a mesma impedância de carga.

**ATENÇÃO**
**COMO DESCARTAR OS MATERIAIS**
O símbolo de um contentor sobre rodas cruzado indica que o usuário deve informar-se e seguir as normativas locais relativas ao modo de descartar este tipo de produtos.
Não descarte este produto da mesma forma que o faria com os resíduos gerais do seu lar.
Deve fazê-lo de acordo com as normativas locais correspondentes.

Os produtos eléctricos e electrónicos contêm substâncias perigosas que têm efeitos nefastos sobre o meio ambiente ou sobre a saúde humana e devem ser reciclados adequadamente.

Industex, S.L.
Av. P. Catalanes, 34, 8ª planta
08950 Esplugas de Llobregat
Barcelona-Espanha

Made in China

ALTA_MANUAL 8 IDIOMAS GF DUAL SHAPER.pdf 21 06/04/11 13:03



Wij danken u voor de aankoop van GYMFORM® DUAL SHAPER. Met GYMFORM® DUAL SHAPER geniet u van alle voordelen van de elektrostimulatie en de trillingsmassage op hetzelfde moment.

LET OP, LEES VOOR GEBRUIK VAN DIT APPARAAT DE AANWIJZINGEN EN DE HANDLEIDING AANDACHTIG DOOR

**WAARSCHUWINGEN:**
Voordat u met een trainingsprogramma begint, waaronder GYMFORM® DUAL SHAPER, uw arts of fysiotherapeut raadplegen.

Lees de aanwijzingen, waarschuwingen en voorzorgsmaatregelen aandachtig door voordat u GYMFORM® DUAL SHAPER gebruikt.
GYMFORM® DUAL SHAPER is bedoeld voor volwassenen die in goede gezondheid verkeren. Het apparaat dient echter met zorg te worden gebruikt.
Lees de volgende richtlijnen en de handleiding voordat u dit product gebruikt.

- Houd GYMFORM® DUAL SHAPER buiten bereik van kinderen.
- Gebruik GYMFORM® DUAL SHAPER niet als u last van trombose heeft of onder medische behandeling staat.
- U dient GYMFORM® DUAL SHAPER NIET te gebruiken:
Als er bij u een elektronisch apparaat (bijv. een pacemaker) geïmplanteerd is of als u hartklachten heeft.

- Gebruik GYMFORM® DUAL SHAPER niet 30 minuten vóór of na het eten.
- Als u een ernstige ziekte heeft gehad, raadpleeg dan uw huisarts alvorens GYMFORM® DUAL SHAPER te gebruiken.
- Gebruik GYMFORM® DUAL SHAPER niet in de buurt van water of met vochtige handen.
- Plaats GYMFORM® DUAL SHAPER NOOIT op de borst daar de elektrostimulatie de kans op hartfibrillatie kan verhogen.
- Breng GYMFORM® DUAL SHAPER NOOIT aan op plaatsen waar de huid beschadigd, geïrriteerd of geïnfecteerd is of op wonden, breuken, verstuikingen, metalen implantaten, enz.
- VERMIJD het gebruik in de buurt van apparaten die elektromagnetische straling afgeven, zoals telecommunicatieantennes, magnetrons, röntgenapparaten, enz.
- VERMIJD het gebruik als u slaperig bent of slaapt.
- VERMIJD het gebruik als uw lichaam met water in contact is of als u zich in een vochtige omgeving bevindt.
- VERMIJD het gebruik in combinatie met andere apparaten of machines die elektrische impulsen aan het lichaam doorgeven.
- VERMIJD het gebruik als u werkt of een machine bestuurt.
- In sommige gevallen kunnen de elektroden tijdelijk rode plekken op de huid veroorzaken.

- Dit symbool geeft aan dat het apparaat door dubbele isolatie van het type BF beschermd is tegen elektrostatische ontladinge

- Apparaat beschermd met dubbele isolatie of versterkte isolatie

- Uitsluitend de adapter model SW1201000-W02 is geschikt voor gebruik met Gymform Dual Shaper; er mag geen andere adapter worden gebruikt die niet bij dit product is meegeleverd.
- Het gelijktijdig aansluiten van een toestel op een chirurgisch apparaat met hoge frequenties kan verbrandingen veroorzaken op de contactpunten met de GYMFORM® DUAL SHAPER en de GYMFORM® DUAL SHAPER kan hierdoor beschadigd raken.
- De werking van een behandelingsapparaat met microgolven of een microwave in de directe omgeving (bijvoorbeeld 1 m), kan tot instabiliteit in het uitgangsvermogen van de GYMFORM® DUAL SHAPER leiden.
- Het aanbrengen van elektroden dichtbij de borstkas kan het risico op hartfibrillatie verhogen.

**U dient GYMFORM® DUAL SHAPER niet te gebruiken:**
• Als u onlangs een operatie hebt ondergaan.
• Als er bij u een elektronisch apparaat (bijv. een pacemaker) geïmplanteerd is of als u hartklachten heeft.
• Als u zwanger bent.
• Als u kanker heeft, aan epilepsie lijdt of onder medisch toezicht staat vanwege een cognitieve stoornis.
• Als het apparaat zich in de buurt (bijvoorbeeld op 1 meter) van therapeutische kortegolfapparatuur of een magnetron bevindt.
• Als u op chirurgische apparatuur met hoge frequenties aangesloten bent.
• Als u borstvoeding geeft

**U dient te wachten met het gebruik van GYMFORM® DUAL SHAPER tot:**
• Ten minste zes maanden na de geboorte van uw kind (na raadpleging van uw arts).
• Eén maand na het plaatsen van een spiraaltje in de baarmoeder.
• Ten minste drie maanden na een keizersnede (na raadpleging van uw arts).
• De eerste dagen van de ongesteldheid voorbij zijn.

**Om de GYMFORM® DUAL SHAPER te gebruiken dient u toestemming van uw arts of fysiotherapeut te krijgen:**
• Als u aan een ziekte of ernstige verwonding lijdt die in deze paragraaf niet vermeld is.
• Als u onlangs bent geopereerd.
• Als u insuline inneemt vanwege diabetes.

**Aanvullende waarschuwingen:**
- Bewaar GYMFORM® DUAL SHAPER in de bijgeleverde tas en houd het uit de buurt van stekende of scherpe voorwerpen.
- Leg geen zware voorwerpen op de GYMFORM® DUAL SHAPER gordel.
- Stop onmiddellijk het gebruik als u enig ongemak ondervindt.
- Gebruik uitsluitend de bijgeleverde kabels en adapter.
- Haal de stekker na gebruik uit het stopcontact.
- Probeer GYMFORM® DUAL SHAPER niet te demonteren of te repareren of er wijzigingen in aan te brengen.

- Gebruik GYMFORM® DUAL SHAPER niet bij hoge temperaturen of in een erg vochtige omgeving.
- GYMFORM® DUAL SHAPER is geen medisch of therapeutisch apparaat.

**Vergeet bij het aanbrengen van de GYMFORM® DUAL SHAPER niet:**
- de gordel ALLEEN op de buikstreek, de dijstreek of de bilspieren aanbrengen.
- De gordel niet aanbrengen: op de hals, op de borststreek en de rug waardoor de stroom door het hart kan lopen, op de geslachtsdelen of op het hoofd.
- De gordel niet aanbrengen op recente littekens, ontstoken huid, geïnfecteerde plaatsen of plaatsen die voor acné gevoelig zijn, plaatsen met trombose of met andere vaatproblemen (spataderen) of op plaatsen van het lichaam waar de gevoeligheid minder is.
- Niet aanbrengen op plaatsen met verwondingen of met beperkte beweeglijkheid (breuken of verstuikingen).
- De gordel niet direct op metalen implantaten aanbrengen. De gordel moet in dat geval op de spier worden aangebracht die hier het dichtst bij ligt.

**INHOUD**

1. 1 gordel met bedieningsmodule
2. 2 zelfhechtende elektroden
3. 1 adapter
4. 1 transporttas
5. 1 gebruiksaanwijzing
6. 1 dieet
7. 1 centimeter

**DE GORDEL OMDOEN**
1. Maak de twee achterste delen van het bevestigingssysteem los.
2. Plaats de GYMFORM® DUAL SHAPER gordel om het gewenste lichaamsdeel, sluit de achterkant van de gordel en let erop dat deze goed vast zit.
3. Sluit de stekker op het stopcontact aan.

**WERKING VAN DE BEDIENING**
Nadat u de stekker in het stopcontact heeft gestoken, drukt u op de "ON/OFF"-toets van de bedieningsmodule. De twee displays van de elektrostimulatie (EMS) en trillingsmassage lichten op.

**GYMFORM® DUAL SHAPER biedt 3 gebruiksopties:**
- TRILLINGSMASSAGE EN EMS TEGELIJKERTIJD: als u voor deze optie kiest, moet u de programma's van de beide opties op de bedieningsmodule afzonderlijk selecteren.
- ALLEEN TRILLINGSMASSAGE: als u voor deze optie kiest, hoeft u alleen de programma's voor de optie trillingsmassage op de bedieningsmodule te selecteren.
- ALEEN EMS: als u voor deze optie kiest, hoeft u alleen de programma's voor de optie EMS op de bedieningsmodule te selecteren.

**TRILLINGSMASSAGE:**
Bij de optie trillingsmassage kan de duur niet worden ingesteld maar deze is standaard 30 min. Als u het programma eerder wilt beëindigen, kunt u de optie trillingsmassage met de ON/OFF-toets uitschakelen.

**Programma automatische trillingsmassage:**
- druk op de ON/OFF-toets van het display trillingsmassage.
- Standaard wordt het programma automatische trillingsmassage geactiveerd. Dit programma heeft een vaste duur van 30 min. In het programma automatische trillingsmassage wordt de trillingssterkte tussen niveau 1 (laagste sterkteniveau) en niveau 5 (hoogste sterkteniveau) afgewisseld.

**Programma handmatige trillingsmassage:**
Met deze optie kunt u het gewenste niveau van de trillingssterkte instellen, vanaf niveau 1 (laagste sterkteniveau) tot niveau 5 (hoogste sterkteniveau).
- druk twee keer achter elkaar op de ON/OFF-toets van het display trillingsmassage en in het display verschijnt de tekst "Handmatig".
- Kies het sterkteniveau door op de toetsen "Intensity" + en - te drukken.
- Tijdens het programma kunt u de sterkte van de trillingsmassage naar wens aanpassen door op de toetsen "Intensity" + en - te drukken.

**ELEKTROSTIMULATIE:**
De optie EMS biedt 5 verschillende programma's, gebruik het gewenste programma naar gelang uw behoefte:

Programma 1: Spiertonus (duur: 21 min)
Programma 2: Reductor (duur: 20 min)
Programma 3: Figuur (duur: 24 min)
Programma 4: Vet verbranden (duur: 24 min)
Programma 5: Versteviging (duur: 22 min)

**LET OP:**
- Houd er rekening mee dat de EMS-programma's alleen worden geactiveerd als de elektroden de huid raken. Wanneer de elektroden de huid niet raken, kunnen de EMS-programma's niet worden gekozen.
- Wanneer u de gordel tegelijkertijd in de modus EMS en Vibratie gebruikt en u wilt de niveaus of programma's van de EMS wijzigen, maak dan het paneel van de bevestiging los. Op deze manier voorkomt u het risico dat de EMS tegelijkertijd meerdere niveaus stijgt.

LET OP: GEADVISEERD WORDT DE ELEKTRODEN TE VERVANGEN NADAT ZE 30 KEER GEBRUIKT ZIJN. ALS U MERKT DAT ZE VOORTIJDIG LOSLATEN, BEVOCHTIG ZE DAN MET EEN SPONS.

Uitsluitend de door de distributeur van Gymform Dual Shaper bijgeleverde elektroden gebruiken. De bij Gymform Dual Shaper meegeleverde elektroden hoeven niet ontsmet of gesteriliseerd te worden.

De duur van elk programma is standaard ingesteld. Als u echter het programma eerder wilt beëindigen, kunt u de EMS-optie uitschakelen door herhaaldelijk op de ON/OFF-toets te drukken totdat Programma 0 wordt aangegeven.

**Werkwijze:**
- druk één keer op de ON/OFF-toets bij het EMS-display om de optie te activeren. U ziet dat in het display Programma 0 wordt geactiveerd. Vervolgens drukt u herhaaldelijk op de ON/OFF-toets om het gewenste programma (1 t/m 5) te kiezen en selecteert u het gewenste programmanummer.
- druk op de toetsen "Intensity" + en - om de sterkte van het EMS-signaal in te stellen, 1 is het laagste sterkteniveau en 30 is het hoogste sterkteniveau. Geadviseerd wordt de sterkte geleidelijk te verhogen om te voorkomen dat het EMS-signaal onaangenaam aanvoelt.

**REINIGING EN ONDERHOUD**
De GYMFORM® DUAL SHAPER gordel hoeft nauwelijks schoongemaakt te worden en vraagt geen onderhoud. Mocht u uw GYMFORM® DUAL SHAPER gordel een keer schoon willen maken, gebruik dan alleen een zachte, vochtige doek. Let er vóór het schoonmaken op dat de stekker uit het stopcontact is gehaald.

**GARANTIE**
Op dit product wordt een garantie tegen fabricagedefecten gegeven voor een periode die in de wetgeving van het betreffende land vastgesteld is.

**AFVOER**
Wanneer u besluit dit apparaat, de batterij en/of de adapter af te voeren, dient u deze in speciale containers voor elektrische en/of elektronische apparatuur te recycleren ter bescherming van het milieu.

**CERTIFICATEN EN NORMEN**
Dit product voldoet aan de richtlijnen 73/23/EG (Richtlijn voor laagspanning) en 89/336/EG (Richtlijn voor Elektromagnetische Compatibiliteit) voor huishoudelijk gebruik.

**TECHNISCHE KENMERKEN**
Voeding van de GYMFORM® DUAL SHAPER gordel middels de bijgeleverde adapter SW1201000-W02:
Ingangsspanning 100-240 V 50/60 Hz 0,65 A;
uitgangsspanning 12 V 1,0 A
Weerstandsbereik: 300 Ohm – 5.000 Ohm

Tabel met kernmerken van het signaal over de aansluiting van de elektroden

| Programa | Pulsbreedte $\mu$S | Frequentie in Hz: min.-max. | Intensiteit mA: min.-max. |
|---|---|---|---|
| 1 | 460 | 4 - 18 | 1.8 - 42.0 |
| 2 | 460 | 10 - 15 | 2.3 - 42.0 |
| 3 | 460 | 4 - 30 | 2.0 - 42.0 |
| 4 | 460 | 0 - 35 | 2.5 - 42.0 |
| 5 | 460 | 4 - 25 | 1.5 - 42.0 |

Veranderingen in de ladingsimpedantie binnen het werkingsbereik van het apparaat veroorzaken een verandering in de stroom en de spanning voor deze ladingsimpedantie.

**LET OP**
**WEGWERPEN VAN HET MATERIAAL**
Het symbool van een container op wielen met een kruis er door geeft aan dat u zich dient te informeren naar de plaatselijke voorschriften voor het weggooien van dit soort producten en deze in acht dient te nemen

Gooi dit product niet bij het huisvuil weg.
U dient dit volgens de plaatselijke voorschriften te doen.

Elektrische en elektronische producten bevatten gevaarlijke stoffen die ernstige schade aan het milieu en de gezondheid van de mens kunnen aanrichten en dienen op passende wijze gerecycleerd te worden.

Industex, S.L.
Av. P. Catalanes, 34, 8ª planta
08950 Esplugas de Llobregat
Barcelona-Spanje

Made in China

ALTA_MANUAL 8 IDIOMAS GF DUAL SHAPER.pdf 24 06/04/11 13:03



Спасибо за покупку пояса GYMFORM® DUAL SHAPER. Пояс GYMFORM® DUAL SHAPER позволяет получать пользу одновременно от электростимуляции и вибрации.

ВНИМАНИЕ! ПРЕЖДЕ ЧЕМ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ПРИБОР, ВНИМАТЕЛЬНО ПРОЧИТАЙТЕ ВСЕ ИНСТРУКЦИИ

**ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ**

Прежде чем приступить к любой программе физических упражнений, включая программы GYMFORM® DUAL SHAPER, проконсультируйтесь с лечащим врачом или физиотерапевтом.

Обязательно ознакомьтесь с инструкциями, предупреждениями и мерами предосторожности, прежде чем использовать пояс GYMFORM® DUAL SHAPER.
Пояс GYMFORM® DUAL SHAPER предназначен для взрослых людей в хорошем состоянии здоровья. Однако всегда следует использовать его с осторожностью. Прочитайте следующие указания и инструкции, прежде чем использовать изделие.

- Храните пояс GYMFORM® DUAL SHAPER в недоступном для детей месте.
- Не используйте пояс GYMFORM® DUAL SHAPER, если вы страдаете тромбозом или проходите курс лечения.
-НЕЛЬЗЯ использовать GYMFORM® DUAL SHAPER:
Если у вас установлен электронный имплантат (например, кардиостимулятор) или если вы страдаете любым заболеванием сердца.
- Не используйте пояс GYMFORM® DUAL SHAPER в течение 30 минут до и после еды.
- Если вы перенесли тяжелое заболевание, проконсультируйтесь с врачом, прежде чем использовать пояс GYMFORM® DUAL SHAPER.
- Не используйте пояс GYMFORM® DUAL SHAPER вблизи воды и не дотрагивайтесь до прибора мокрыми руками.
- НИКОГДА не используйте пояс GYMFORM® DUAL SHAPER в области грудной клетки, поскольку электростимуляция способна повысить риск мерцательной аритмии.
- НИКОГДА не используйте пояс GYMFORM® DUAL SHAPER в области, где кожа повреждена, раздражена, заражена, или поранена, а также в области переломов, вывихов, металлических имплантатов и т.д.
- ИЗБЕГАЙТЕ использования пояса вблизи оборудования с электромагнитным излучением, например телекоммуникационных антенн, микроволновых печей, рентгеновских установок и т.д.
- ИЗБЕГАЙТЕ использования пояса в сонном состоянии и во сне.
- ИЗБЕГАЙТЕ использования пояса, если ваше тело соприкасается с водой, а также при большой влажности воздуха.
- ИЗБЕГАЙТЕ использования пояса одновременно с другими аппаратами, включая приспособления, проводящие электрический ток через тело.
- ИЗБЕГАЙТЕ использования пояса на рабочем месте и за рулем.
- В некоторых случаях применение пластыря может вызвать временное покраснение кожи.

- Данный символ означает, что прибор имеет двойную изоляцию типа BF (защита от поражения электрическим током).

- Прибор защищен двойной или усиленной изоляцией.

- Адаптер модели SW1201000-W02 специально разработан для прибора Gymform Dual Shaper, который нельзя использовать с другими адаптерами, не входящими в комплект.
- Одновременное подключение к высокочастотным хирургическим аппаратам может привести к ожогам в точках соприкосновения контактов GYMFORM® DUAL SHAPER с кожей, а также нарушить работу GYMFORM® DUAL SHAPER.
- Работа коротковолнового медицинского оборудования или микроволновой печи вблизи (на расстоянии 1 м) GYMFORM® DUAL SHAPER может привести к сбоям выходной мощности GYMFORM® DUAL SHAPER.
- Применение электродов вблизи грудной клетки увеличивает опасность сердечной аритмии.

**НЕЛЬЗЯ использовать пояс GYMFORM® DUAL SHAPER:**

• Если вы недавно перенесли хирургическую операцию.
• Если у вас установлен электронный имплантат (например, кардиостимулятор) или если вы страдаете любым заболеванием сердца.
• Во время беременности.
• Если вы страдаете онкологическим заболеванием, эпилепсией или находитесь под медицинским наблюдением в связи с когнитивным расстройством.
• Рядом с коротковолновым или микроволновым медицинским оборудованием (например, в радиусе 1 метра).
• При подключении к высокочастотным хирургическим аппаратам.
• В период грудного вскармливания.

**Женщины могут использовать пояс GYMFORM® DUAL SHAPER не раньше чем:**

• По меньшей мере, полгода после родов (предварительно проконсультируйтесь с врачом).
• Месяц спустя установки внутриматочного контрацептива.
• По меньшей мере, три месяца спустя кесарева сечения (предварительно проконсультируйтесь с врачом).
• Несколько дней спустя начала менструации.

**Для использования пояса GYMFORM® DUAL SHAPER следует получить разрешение лечащего врача или физиотерапевта:**

• Если вы страдаете заболеваниями или имеете травмы, не перечисленные выше.
• Если вы недавно перенесли операцию.
• Если вы принимаете инсулин в связи с диабетом.

**Дополнительные предупреждения:**

- Храните пояс GYMFORM® DUAL SHAPER в фирменной сумке вдали от колющих и режущих предметов.
- Никогда не кладите тяжелые предметы на пояс GYMFORM® DUAL SHAPER.
- Немедленно прекратите использование прибора при возникновении малейших неприятных ощущений.
- Используйте только приданные провода и адаптер.
- После использования каждый раз отключайте прибор от сети.
- Не разбирайте, не ремонтируйте и не видоизменяйте пояс GYMFORM® DUAL SHAPER.
- Не используйте пояс GYMFORM® DUAL SHAPER при высокой температуре и высокой влажности воздуха.
- Пояс GYMFORM® DUAL SHAPER не является медицинским или физиотерапевтическим аппаратом.

**Надевая пояс GYMFORM® DUAL SHAPER, всегда помните следующее:**

- Пояс можно надевать ТОЛЬКО на область живота, бедер и ягодиц.
- Не надевайте пояс на шею, на грудь и спину, так чтобы ток проходил через сердце, на область гениталий или на голову.
- Не надевайте пояс на свежие рубцы, воспаленную кожу, зараженную область или подверженную образованию угрей, на область с признаками тромбоза или других сосудистых заболеваний (варикозные вены), а также на любую область с ограниченной чувствительностью.
- Не надевайте пояс на травмированные области или области с ограниченной подвижностью (переломы или вывихи).
- Не надевайте пояс непосредственно на металлические имплантаты. Наденьте пояс на ближайшую мышцу.

**КОМПЛЕКТ**

1. Пояс с пультом управления
2. 2 самоклеящихся пластыря
3. Адаптер
4. Сумка
5. Инструкции по эксплуатации
6. Рекомендации по питанию
7. Сантиметровая лента

**НАКЛАДЫВАНИЕ ПОЯСА**

1. Рассоедините обе части системы фиксации пояса.
2. Наложите пояс на нужный участок тела и надежно закрепите сзади.
3. Подсоедините штепсель пояса к электросети.

**РАБОТА ПУЛЬТА УПРАВЛЕНИЯ**

Подключив пояс к сети, нажмите кнопку “ON/OFF” на пульте управления. Должны загореться два дисплея: электростимуляции (EMS) и вибрации.

**Предлагается три варианта использования пояса GYMFORM® DUAL SHAPER:**

- ОДНОВРЕМЕННАЯ ВИБРАЦИЯ И ЭЛЕКТРОСТИМУЛЯЦИЯ: чтобы использовать этот вариант, выберите на пульте программы обоих режимов по отдельности.
- ТОЛЬКО ВИБРАЦИЯ: чтобы использовать этот вариант, выберите на пульте одну из программ режима вибрации.
- ТОЛЬКО ЭЛЕКТРОСТИМУЛЯЦИЯ: чтобы использовать этот вариант, выберите на пульте одну из программ режима электростимуляции.

**ВИБРАЦИЯ:**

Режим вибрации не предполагает выбора продолжительности сеанса – по умолчанию сеанс длится 30 мин. При желании прервать

программу до окончания сеанса выключите режим вибрации, нажав кнопку ON/OFF.

**Программа вибрации автоматической настройки:**
- Нажмите кнопку ON/OFF на дисплее режима вибрации.
- По умолчанию включится программа вибрации автоматической настройки. Фиксированная продолжительность этой программы – 30 мин. В программе вибрации автоматической настройки частота вибрации меняется от 1-го уровня (низкая частота) до 5-го уровня (высокая частота).

**Программа вибрации ручной настройки:**
Выбрав этот вариант, вы можете установить желаемую частоту вибрации от 1-го уровня (низкая частота) до 5-го уровня (высокая частота).
- Два раза подряд нажмите кнопку ON/OFF на дисплее режима вибрации, и вы увидите слово «Manual» на дисплее.
- Выберите желаемый уровень при помощи кнопок + или - опции «Intensity».
- В процессе программы можно менять уровень вибрации по желанию при помощи кнопок + или - опции «Intensity».

**ЭЛЕКТРОСТИМУЛЯЦИЯ (EMS):**
В режиме электростимуляции предлагается 5 различных программ на выбор в зависимости от индивидуальных потребностей:

Программа 1: Тонизация (длительность: 21 мин.)
Программа 2: Похудение (длительность: 20 мин.)
Программа 3: Силуэт (длительность: 24 мин.)
Программа 4: Сжигание калорий (длительность: 24 мин.)
Программа 5: Укрепление (длительность: 22 мин.)

**ВНИМАНИЕ!**
- Учтите, что программы электростимуляции работают только при наличии контакта пластырей с кожей. При отсутствии контакта пластырей с кожей невозможно выбрать программы электростимуляции.
- Если при использовании пояса в режиме одновременной вибрации и электростимуляции (EMC) вы захотите изменить уровень или программу EMC, снимите пульт, чтобы случайно не увеличить электрорстимуляцию на несколько уровней сразу.

ВНИМАНИЕ! РЕКОМЕНДУЕТСЯ ПРОИЗВОДИТЬ ЗАМЕНУ ПЛАСТЫРЕЙ КАЖДЫЕ 30 СЕАНСОВ. ЕСЛИ ПЛАСТЫРЬ ПРЕЖДЕВРЕМЕННО ПОТЕРЯЕТ ЛИПКОСТЬ, СМОЧИТЕ ЕГО СЛЕГКА ВЛАЖНОЙ ГУБКОЙ.

Используйте только пластыри, поставленные дистрибьютором Gymform Dual Shaper. Пластыри, поставленные в комплекте с Gymform Dual Shaper, не требуют дезинфекции и стерилизации.

Длительность каждой программы устанавливается по умолчанию. При желании прервать программу до окончания сеанса выключите режим электростимуляции, последовательно нажимая кнопку ON/OFF до Программы 0.

Установка параметров:
- Нажмите один раз кнопку ON/OFF на дисплее электростимуляции, чтобы активировать режим. На дисплее высветится Программа 0. Последовательно нажимая кнопку ON/OFF, можно установить желаемую программу из пяти предложенных, выбрав соответствующий номер от 1 до 5.
- При помощи кнопок + и – опции «Intensity» в режиме электростимуляции выберите уровень интенсивности от 1-го (самый низкий) до 30-го (самый высокий). Рекомендуется постепенно повышать интенсивность во избежание возникновения неприятных ощущений от слишком сильного сигнала электростимуляции.

**ЧИСТКА И УХОД**
Пояс GYMFORM® DUAL SHAPER практически не требует ухода. При необходимости протрите пояс влажной мягкой салфеткой. Перед протиркой убедитесь, что пояс отключен от сети.

**ГАРАНТИЯ**
Данное изделие обеспечивается гарантией от заводских дефектов в течение срока, предусмотренного действующим законодательством каждой конкретной страны.

УТИЛИЗАЦИЯ

В целях защиты окружающей среды используйте специальные контейнеры для электрических и/или электронных приборов, если вы хотите избавиться от данного аппарата, батареи и/или адаптера.

СООТВЕТСТВИЕ СЕРТИФИКАТАМ И НОРМАТИВАМ
Изделие соответствует директивам 73/23/EEC (Директива по низкому напряжению) и 89/336/EEC (Директива по электромагнитной совместимости) и имеет бытовое назначение.

**ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ**

Питание пояса GYMFORM® DUAL SHAPER через приданный адаптер модели SW1201000-W02:
Напряжение на входе: 100-240 В 50/60Гц 0,65А; на выходе: 12В 1,0А
Диапазон нагрузок 300 Ом – 5000 Ом

| Таблица характеристик сигнала, поступающего на пластыри | | | |
|---|---|---|---|
| Программа | Ширина импульса мкСм | Частота Гц мин-макс | Интенсивность мА мин-макс |
| 1 | 460 | 4 - 18 | 1.8 - 42.0 |
| 2 | 460 | 10 - 15 | 2.3 - 42.0 |
| 3 | 460 | 4 - 30 | 2.0 - 42.0 |
| 4 | 460 | 0 - 35 | 2.5 - 42.0 |
| 5 | 460 | 4 - 25 | 1.5 - 42.0 |

При изменении значений полной нагрузки в пределах рабочего диапазона аппарата изменяются значения тока и напряжения на ту же полную нагрузку.

**ВНИМАНИЕ!**
**УТИЛИЗАЦИЯ МАТЕРИАЛОВ**

Символ, представляющий собой перечеркнутый контейнер на колесах означает, что Вы должны знать и соблюдать местные нормативы по выбрасыванию изделий данного типа.

Не избавляйтесь от указанного изделия таким же способом, как Вы это делаете с бытовыми отходами.
Необходимо действовать в соответствии с действующими местными нормативами.
Электрические и электронные приборы содержат опасные вещества, оказывают вредное воздействие на окружающую среду или на здоровье человека и поэтому должны быть утилизированы надлежащим образом.

Industex, S.L.
Av. P. Catalanes, 34, 8ª planta
08950 Esplugas de Llobregat
Barcelona-SPAIN

Made in China

ALTA_MANUAL 8 IDIOMAS GF DUAL SHAPER.pdf 28 06/04/11 13:03